

муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования города  
Ульяновска «Центр детского творчества № 5»  
(МБУ ДО ЦДТ № 5)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
\_\_\_\_\_ Л.М. Шишкова  
31.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА»**

Возраст учащихся: 5-8 лет  
Срок реализации: 2 года  
Уровень программы: базовый

РАССМОТРЕНА  
на заседании методического совета  
(протокол № 1 от 29.08.2023 г.)

ПРИНЯТА  
на педагогическом совете  
(протокол № 1 от 31.08.2023 г.)

Разработчик программы: педагог  
дополнительного образования  
Лапицкая Ирина Викторовна

г. Ульяновск

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

1.1. Пояснительная записка.....
1.2 Цель и задачи программы.....
1.3 Содержание программы.....
• Учебный план первого года обучения.....
• Учебный план второго года обучения.....
1.4 Планируемые результаты.....

### **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

2.1 Календарно-учебный график .....
2.2 Условия реализации программы .....
2.3 Формы контроля .....
2.4 Оценочные материалы .....
2.5 Методические материалы.....

### **III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....**

### **ПРИЛОЖЕНИЕ**

# I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования детей «Танцевальная азбука» рассчитана на 2 года обучения, предназначена для образовательно-воспитательного процесса в учреждении дополнительного образования детей. Программа имеет **художественную направленность** и реализуется в отделе художественно-эстетического воспитания муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Ульяновска «Центре детского творчества № 5», в детском объединении «Совершенство».

Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовых актов, регламентирующих разработку дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79).
- Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.
- Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 г.
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298н.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Методические рекомендации от 20.03.2020 г. 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.

### Локальные акты ЦДТ № 5:

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Ульяновска «Центр детского творчества № 5».
- Положение о проектировании дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.
- Положение об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.
- Лицензия № 3050 от 21.11.2016 г. на осуществление образовательной деятельности.

Программа «Танцевальная азбука» является модифицированной с авторским подходом разработки, так как она приведена в соответствие с современными

требованиями, в ней учтены положения новых нормативных документов по вопросам обучения, воспитания и развития детей.

Данная программа опирается на методические разработки и образовательные программы: сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением»/ под ред. О.А. Петрашевича. – Мин.: Национальный институт образования, 2005, Е.В.Горшковой «От жеста к жесту» (по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце), «Теория и методика преподавания основ хореографического искусства в детском саду» С.Л.Слуцкая, Тольятти, 2001 и «Сборник образовательных программ музыкально-хореографических объединений», Минск, 2007.

**Дополнительность** Программы «Танцевальная азбука» заключается в том, что она представляет собой новую методическую продукцию, созданную с целью восполнить нехватку в программах дошкольного обучения детей такого предмета, как хореография и расширить возможности учащихся в овладении элементами танцевального и музыкального творчества.

**Актуальность** и эффективность программы заключается в разностороннем воздействии на организм ребенка. Программа поможет дошкольникам творчески самовыражаться, и проявлять себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

**Новизна** программы основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями, а также на специальных заданиях. Появление новых, в корне отличающихся от традиционных, академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

**Педагогическая целесообразность** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации учащихся, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии.

**Инновационность** программы проявляется в том, что она ориентирована на новейшие современные зарубежные педагогические идеи: «тьюторства» (практического «створчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»). В хореографическом материале также используются новаторские идеи.

**Отличительной особенностью программы** является подача материала по «восходящей спирали», каждый год знания, умения и навыки по определенным темам преподаются и развиваются на более высоком и сложном уровне.

Программа предполагает освоение азов ритмики, музыкальной грамоты, азбуки детского танца, изучение танцевальных элементов и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации. Данные занятия способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру, помогают сформировать гармоничную личность и станут фундаментом здорового образа жизни воспитанников творческого объединения.

Программа включает в себя следующие направления хореографии:

Детские танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью детской хореографии, которая сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

Ритмика – специальный раздел программы музыкально – ритмического воспитания. На занятиях ритмической гимнастики у детей идет интуитивное восприятие материала, знакомство происходит в процессе урока на танцевальных движениях и комбинациях. Специально подобранные упражнения вырабатывают внимание и координацию.

Партерная гимнастика – это система вспомогательных корректирующих упражнений, способствующих развитию хореографических данных.

### **Адресат программы.**

Возраст детей, обучающихся по данной программе 5-8 лет.

1 год обучения дети 5-7 лет;

2 год обучения дети 6-8 лет.

Дошкольный период является весьма значимым для развития ребенка, возрастной рубеж 5-8 лет один из самых ценных этапов в жизни детей. Чрезвычайная подвижность, подражательная активность, сенситивность дошкольника этого возраста говорят о колоссальных потенциальных возможностях его развития. В то же время дошкольники отличаются быстрой сменой настроения, утомляемостью. Они плохо владеют своим телом, у них не развита координация.

Поступление ребенка в танцевальное объединение – это важное событие в его жизни. Он оказывается в другой, по сравнению с детским садом, сфере общения. Новым для него являются и взаимоотношения с педагогом и со сверстниками: отношения строятся на основе знаний общим делом – танцевальным искусством. Значительное место в программе отводится играм и подготовке концертных номеров.

### **Объем и срок освоения программы.**

**Программа комплексная** по содержанию и процессу организации обучения имеет **базовый уровень** сложности.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – **288 часов**.

1 год – по 2 часа 2 раза в неделю – 144 часа в год;

2 год – по 2 часа 2 раза в неделю – 144 часа в год.

Программа предполагает **очную форму** обучения.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Обучение в детском объединении «Совершенство» осуществляется в соответствии с учебным планом Программы. Занятия проходят в группах, сформированных с учетом возрастных и физиологических особенностей детей. Количество детей определяется Уставом «Центра детского творчества №5» г. Ульяновска и соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Состав детей в группе: оптимально 10 человек, максимально 15 человек.

Содержание программы может корректироваться, но разделы программы ежегодно повторяются, на освоение их может планироваться большее количество часов для того, чтобы подача теоретического материала осуществлялась в более быстром темпе и усложнённом варианте. Содержание программы выстроено по годам обучения и взаимосвязано между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения, навыки предыдущего года.

Условия набора детей в детское объединение ЦДТ № 5 регулируются Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. В детское объединение принимаются дети, желающие и проявляющие *интерес* к танцевальному виду искусства, зачисление осуществляется *на добровольной основе* на основании письменного заявления родителей (законных представителей) на имя директора ЦДТ № 5. На второй год обучения дополнительный набор детей осуществляется на основании результатов собеседования.

В реализации программы используются **дистанционные образовательные технологии**, при которых целенаправленное опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения на основе педагогически организованных информационных технологий. Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по расписанию, имея при себе комплект специальных средств обучения и согласованную возможность контакта с педагогом.

В современном мире высоких технологий дистанционное обучение или как сейчас многие говорят онлайн обучение – новый и удобный формат получения образования. Удалённое обучение дает возможность получать знания из любого места, будь это дом, дача, прогулки на свежем воздухе и самостоятельно планировать свое драгоценное время.

Основные задачи дистанционного обучения:

- интенсификации самостоятельной работы учащихся;
- предоставление возможности освоения образовательной программы в ситуации невозможности очного обучения (карантинные мероприятия);
- повышение качества обучения за счет средств современных информационных и коммуникационных технологий, предоставления доступа к различным информационным ресурсам.

Программа частично цифровизирована – создан большой объём видеоматериала по занятиям, рассчитанного на разный возраст. Учащиеся могут выполнять задания дистанционно и отправлять фото и видео отчет педагогу. У объединения имеются свои группы в социальных сетях VK и Instagram, а также беседа в мессенджере Viber.

Успешным результатом совмещения геймификации и цифровизации в программе является проведение онлайн-конкурсов для обучающихся. Ведущие формы и виды деятельности – это учебно - тренировочные и практические занятия, репетиции. Большое внимание уделяется индивидуальной работе с учащимися.

**Платформы для проведения видеоконференций:**

- Skype
- Zoom
- Youtube
- Google Hangouts

**Средства для организации учебных коммуникаций:**

- Коммуникационные сервисы социальной сети «ВКонтакте»
- Мессенджеры (Viber, WhatsApp, Telegram)
- Облачные сервисы Яндекс, Mail, Google

**Сайты по дистанционному обучению:**

1. <http://www.int-edu.ru>
2. <https://vk.com/public170399826>
3. [https://vk.com/lapitskaya\\_73](https://vk.com/lapitskaya_73)
4. [https://www.youtube.com/channel/UCY5u8C1IzFOv3Ahf0TtKojg?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCY5u8C1IzFOv3Ahf0TtKojg?view_as=subscriber)
5. <http://sovershenstvo73.ru>

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы** - создание условий для развития творческих способностей детей дошкольного возраста, укрепления здоровья через включение их в танцевальную деятельность.

**Задачи Программы:**

*Развивающие –*

- развивать интерес к классическому танцу и хореографическому творчеству;
- развивать физические (мышечная сила, выносливость, пластичность, гибкость, координация движений), художественные (творческое мышление, воображение, фантазия), психомоторные (эмоциональность, хореографическая память) и коммуникативные способности (навыки взаимодействия с педагогами, концертмейстерами и учащимися);
- развивать музыкальное чувство ритма и такта;

- способствовать развитию артистизма и эмоциональной раскрепощённости средствами танцевального искусства;

*Обучающие-*

- формировать представления о танцевальном искусстве;
- формировать комплекс знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства;
- формировать базовые навыки сценической практики и музыкальной грамотности;
- формировать навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств (силы, выносливости, координации, гибкости).

*Воспитательные –*

- воспитать у учащихся эстетическое сознание через освоение художественного наследия народов России и мира;
- воспитать у учащихся трудоспособность, ответственность, целеустремленность в достижении конечных результатов, ответственное отношение к обучению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- формировать установки на безопасный здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к духовным ценностям.

## **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ**

### *Первый год обучения*

Цель – знакомство с миром танца.

Задачи:

1. Развить музыкальный слух, чувство ритма и музыкальный вкус.
  2. Воспитать чувство ответственности, культуру поведения в хореографическом классе.
  3. Научить внимательно слушать педагога и четко выполнять задания.
- Дети должны:
- знать название коллектива, имена педагогов, правила внешнего вида на занятии;
  - уметь выполнять движения в соответствии с музыкальным темпом;
  - технику безопасности и правила поведения.

### *Второй год обучения*

Цель – исправление недостатков физического строения ребенка, улучшение природных данных.

Задачи:

1. Развить природные данные учащихся.
2. Воспитать художественно-эстетический вкус.
3. Обучить вниманию и координации.

Дети должны:

- знать детские танцевальные игры и танцевальные этюды;
- уметь двигаться в соответствии с характером музыки, импровизировать.

**1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ  
1 МОДУЛЬ**

№ п/п	Название раздела, темы занятий	Количество часов				Формы контроля
		всего	теори- я	прак- тика	конт- роль	
1	<b>1. Организационная работа</b>	2	0.5	1	0.5	<b>Опрос</b>
1.	Давайте познакомимся. Презентация программы «Танцевальный алфавит». Инструктаж по ТБ, правила посещения объединения.	2	0.5	1	0.5	Опрос по ТБ.
2-32	<b>2. Музыкально-игровая хореография</b>	62	21	38	1	<b>Наблюдение</b>
2-3	Танцевально-игровое занятие «С добрым утром»	4	1	3		Наблюдение
4-6	Азбука движений: поклон, основные виды шагов и бега, положения рук.	6	2	4		Наблюдение
7-8	Танцевально-игровое занятие «Прогулка в лес»	4	1	3		Наблюдение
9	Веселый тренинг: «Птица», «Качалочка», «Змейка»	2	1	1		Наблюдение
10-11	Пляска «Краковяк для малышей»	4	1	3		Наблюдение
12	«Уровень творческого развития»	2		1	1	Тестирование
13	Азбука движений: пружинка, «ходим-бегаем», хлопки.	2	1	1		Наблюдение
14-15	Танцевально-игровое занятие «Лабиринт»	4	1	3		Наблюдение
16	Веселый тренинг: «Самолет»	2	1	1		Наблюдение
17	Танец-игра «Мишки и мышки»	2	1	1		Наблюдение
18	Танец-игра «Листики осенние»	2	1	1		Наблюдение
19	Азбука движений: «Бодрый шаг и легкий шаг».	2	1	1		Наблюдение
20-21	Танцевально-игровое занятие «Листики осенние»	4	1	3		Наблюдение
22-23	Танцевально-игровое занятие «Ребята и зверята»	4	1	3		Наблюдение
24	«Пляска с платочком», Танец-игра «Огоньки».	2	1	1		Наблюдение
25	Азбука движений: «Сапожки».	2	1	1		Наблюдение
26-28	Танцевально-игровое занятие «Сказка о Карандаше и Резинке»	6	2	4		Наблюдение
29	Азбука движений: «Веселый	2	1	1		Наблюдение

	прыжки»					
30-31	Танцевально-игровое занятие «Шла лиса».	4	1	3		Наблюдение
32	«Танец Снегинок»	2	1	1		Наблюдение
<b>Итого за 1 модуль:</b>		<b>64</b>	<b>21,5</b>	<b>39</b>	<b>1,5</b>	

## 2 МОДУЛЬ

№ п/п	Название раздела, темы занятий	Количество часов				Формы контроля
		всего	теория	практика	контроль	
1-40	<b>2. Музыкально-игровая хореография</b>	<b>80</b>	<b>24</b>	<b>54</b>	<b>2</b>	
1-3	Танцевально-образные движения.	6	2	4		Наблюдение
4	Танец «Гуси-гуси»	2	1	1		Наблюдение
5	Танец «Колобок»	2	1	1		Наблюдение
6	Азбука движений: «Научились мы ходить»	2	1	1		Наблюдение
7-8	Танцевально-игровое занятие «Сказочный лес»	4	1	3		Наблюдение
9	Азбука движений: «Ручки ножки», «Стукалка»	2	1	1		Наблюдение
10	Веселый тренинг: «Велосипед»	2	1	1		Наблюдение
11	Азбука движений: «Лошадки скачут».	2	1	1		Наблюдение
12	Танец-игра «Веселые парочки»	2	1	1		Наблюдение
13	Веселый тренинг: «Сделай круг».	2	1	1		Наблюдение
14-15	Танцевально-игровое занятие «Времена года»	4	1	3		Наблюдение
16	Азбука движений: «Ловкие ручки»	2	1	1		Наблюдение
17	Веселый тренинг: «Горошинки рассыпались»	2	1	1		Наблюдение
18-19	Танцевально-игровое занятие «В зоопарке, в цирке»	4	1	3		Наблюдение
20	Веселый тренинг: «Ножницы»	2	1	1		Наблюдение
21-24	Простейшие элементы танца	8	2	6		Наблюдение
25-28	«Звероритмика»	8	2	6		Наблюдение
29-30	Танцевально-музыкальные игры	4	1	3		Наблюдение
31-32	Танцы на импровизацию «Тряпичные и деревянные»	4	1	3		Наблюдение
33-34	Танцы на импровизацию «Воздушный шар» «Перышко»	4	1	3		Наблюдение
35-36	Танцы на импровизацию	4	1	3		Наблюдение

	«Музыкальные акценты»					
37-38	Танцы на импровизацию «В магазине игрушек»	4	1	3		Наблюдение
39-40	Закрепление материала.	4		2	2	Контрольное занятие
<b>Итого за 2 модуль</b>		<b>80</b>	<b>24</b>	<b>54</b>	<b>2</b>	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ  
3 МОДУЛЬ**

№ п/п	Название раздела, темы занятий	Количество часов				Формы контроля
		всего	теория	практика	контроль	
<b>1</b>	<b>1. Организационная работа</b>	<b>2</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>	<b>0.5</b>	<b>Опрос</b>
1.	Инструктаж по ТБ. Комплектование групп. Родительское собрание.	2	0.5	1	0.5	Опрос по ТБ
<b>2</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>60</b>		<b>60</b>		
1	Упр-я на овладение навыков правильной походки, осанки	4		4		Наблюдение.
2	Упр-я для правильной постановки рук и ног	4		4		Наблюдение.
3	Упр-я на укрепление мышц спины	4		4		Выполнение нормативов.
4	Упр-я на выворотность ног	4		4		Выполнение нормативов.
5	Упр-я на закачку мышц спины	4		4		Выполнение нормативов.
6	Упр-я на подвижность суставов рук, ног	4		4		Выполнение нормативов.
7	Прыжковые упражнения	4		4		Выполнение нормативов.
8	Наклоны на коленях вперед, в сторону, назад.	4		4		Выполнение нормативов.
9	Упр-я на гибкость корпуса	4		4		Выполнение нормативов.
10	Упр-я на укрепление мышц корпуса, плеч.	4		4		Выполнение нормативов.
11	Упр-я на растяжку, закачку мышц ног.	4		4		Выполнение нормативов.
12	Упр-я разминки, кувырок вперед, в сторону.	4		4		Выполнение нормативов.
13	Прыжковые упражнения со сменой толчковой ноги.	4		4		Наблюдение.
14	Наклоны в стороны на одной ноге с усилением.	4		4		Выполнение нормативов.
15	Упражнения на устойчивость и координацию	4		4		Выполнение нормативов.
<b>3</b>	<b>Закрепление пройденного материала.</b>	<b>4</b>			<b>2</b>	<b>Контрольное занятие.</b>
<b>Итого за 3 модуль:</b>		<b>64</b>	<b>0,5</b>	<b>61</b>	<b>2,5</b>	

#### 4 МОДУЛЬ

№ п/п	Название раздела, темы занятий	Количество часов				Формы контроля
		всего	теори- я	прак- тика	конт- роль	
1	<b>1. Организационная работа</b>	2	0.5	1	0.5	<b>Опрос</b>
1.	Инструктаж по ТБ. Комплектование групп. Родительское собрание.	2	0.5	1	0.5	Опрос по ТБ
2	<b>Ритмика</b>	<b>70</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	
1	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	2	1	1		Наблюдение
2	Характер музыки, строение. Понятие начала и конца музыки.	2	1	1		Наблюдение
3	Метроритм. Ритмический рисунок. Строение музыкальной речи.	2	1	1		Наблюдение
4	Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Понятие такта и затакта	2	1	1		Наблюдение
5	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	2	1	1		Наблюдение
6	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	2	1	1		Наблюдение
7	«Что такое ритмика?»	2		1	1	Тестирование
8	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	2	1	1		Наблюдение
9	Понятие о рабочей и опорной ноге.	2	1	1		Наблюдение
10	Игра «Волшебный конверт»	2	1	1		Наблюдение
11	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	2	1	1		Наблюдение
12	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	2	1	1		Наблюдение
13	Танцевальный шаг, подскoki вперед, назад, галоп.	2	1	1		Наблюдение
14	Разучивание позиций рук и ног.	2	1	1		Наблюдение
15	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	2	1	1		Наблюдение
16	Первый танцевальный элемент «Квадрат», «Крест».	2	1	1		Наблюдение

17	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	2	1	1		Наблюдение
18	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	2	1	1		Наблюдение
19	Танцевально-образная импровизация «Магазин игрушек»	2	1	1		Наблюдение
20	Учимся, играя: «Охота на тигра», «День и ночь»	2	1	1		Наблюдение
21	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	2	1	1		Наблюдение
22	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	2	1	1		Наблюдение
23	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	2	1	1		Наблюдение
24	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	2	1	1		Наблюдение
25	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	2	1	1		Наблюдение
26	Приставные шаги. Синхронность.	2	1	1		Наблюдение
27	Игровые двигательные упражнения с предметами.	2	1	1		Наблюдение
28	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	2	1	1		Наблюдение
29	Построение и перестроение. Точки зала.	2	1	1		Наблюдение
30	Три подразделения в танце и музыке. Общее понятие.	2	1	1		Наблюдение
31	Танцевально-образная импровизация «Птичий базар»	2	1	1		Наблюдение
32	Движения «Птичка», «Утюжок», «Стульчик», «Флажок»	2	1	1		Наблюдение
33	Перестроения: «Звездочка», «Карусели»	2	1	1		Наблюдение
34	Марш. «Путешествие по маршруту»	2	1	1		Наблюдение
35	Танцевально-образная импровизация «Природные явления»	2		2		Наблюдение
<b>3</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>8</b>		<b>6</b>	<b>2</b>	
1	Закрепление материала	6		6		Наблюдение
2	Контрольное занятие	2			2	Контроль
<b>Итого за 4 модуль:</b>		<b>80</b>	<b>33,5</b>	<b>43</b>	<b>3,5</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

### ***Раздел 1. «Организационная работа»***

**Теория.** Введение в программу «Танцевальная азбука». Организация занятий детского объединения «Совершенство». Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на учебном занятии. Игра на знакомство « Снежный ком». Первый человек называет свое имя, а второй называет имя первого и свое имя. И так до последнего ребенка.

**Практика.** Обсуждение темы и предмета обучения. Танцевальные игры на знакомство участников занятия. Просмотр видеоматериала по хореографии.

**Формы подачи материала.** Устное изложение, обсуждение, наглядный показ танцевальных движений, музыкальные игры, показ мультимедийных материалов.

**Оборудование и материалы.** Компьютер (ноутбук), презентация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный алфавит»; инструкция по ТБ, расписание занятий.

**Формы контроля.** Опрос

**Предполагаемые результаты.**

**Учащиеся должны иметь представление:**

- о теме, предмете обучения.

**Учащиеся должны знать:**

- правила техники безопасности и поведения на учебном занятии.

**Учащиеся должны уметь:**

- выполнять правила техники безопасности и поведения на учебном занятии;

- слышать вступление и начало музыкальной фразы;

- уметь знакомиться со сверстниками.

### ***Раздел 2. Музыкально-игровая хореография***

**Цель** – приобщение к хореографии путем изучения детских танцевальных этюдов и простейших движений.

**Задачи:**

- научить простейшим навыкам координации движений;
- разучить основные элементы детского танца;
- дать детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности.

**Теоретическая часть** включает в себя знакомство с различным характером, темпом музыкального произведения. Детские массовые танцы дают возможность детям приобрести навыки общения с партнером. Тренировочные игры на развитие слухового внимания, слуховой памяти, зрительного внимания и памяти, воображения и творческой фантазии, чувства ритма и пространства, а также других психологических составляющих личности.

**Практическая часть:**

Изучение детских массовых танцев, танцевальных этюдов в игровой форме и движений к ним. Разучивание танцевальных рисунков: змейка, круг, диагональ через игровые сказки: «Горошинки рассыпались», «Самолет», «велосипед» и др. Проучивание этюдов на образы, на рисунки танца, на импровизацию, а также игровые этюды: «Краковяк для малышей», «Листики осенние», «Веселые парочки» и др.

Рассмотрим план занятия на примере танцевально-игровых занятий «Лабиринт», «Сказка о Карандаше и Резинке».

**Танцевально-игровое занятие «Лабиринт»**

Это занятие хорошо проводить, когда изучаются музыкально-пространственные композиции. Оно может быть построено следующим образом:

- Сейчас, дети, мы с вами входим в большой лабиринт с высокими и крепкими стенами. Попробуйте дотянуться до верхнего края стены (подъем на полупальцы, потягивание вверх), а теперь до обеих стенок лабиринта (предполагаются движения в стороны, наклоны и т.д.).

Чтобы пройти лабиринт, нам с вами придется идти очень долго, так что давайте подготовим наши ножки (упражнения для работы стопой, releve, demi-plie и т.п.).

Теперь мы готовы отправиться в путь. (Марш в разных вариантах: простые танцевальные шаги, ход с высоко поднятым коленом, с движениями рук и т.д.)

- Маршируем и по кругу, и по диагонали, и змейкой. Ох, Ох, как мы устали, дальше пойдем «вперевалочку», так нам легче будет (шаги на внешнем ребре стопы).

Вот уже и спинки наши устали, присядем отдохнуть (ряд упражнений в положении сидя).

Например:

а) Исходное положение – сидя на полу, руки на поясе. Наклониться вперед, коснуться руками носков ног – вернуться в исходное положение.

б) Исходное положение – сидя. Поднять прямую ногу вверх – вернуться в исходное положение. То же другой ногой.

в) Исходное положение – сидя, вытянув ноги. Ноги скрестить – вернуться в исходное положение.

г) Исходное положение – сидя по-восточному, руки на затылке. Наклониться вправо – выпрямиться; наклониться влево – выпрямиться.

д) Исходное положение – то же. Пружинистыми движениями поворачивать туловище направо и налево.

- Отдохнули? Тогда пошли дальше. Кто у нас будет разведчиком?

Выбирается один или два ребенка, которые перемещаются между другими детьми, показывая извилистые дорожки лабиринта. Затем каждый по очереди повторяет траекторию, намеченную первыми.

- Посмотрите, лабиринт стал совсем узким. Чтобы не потеряться, давайте возьмемся за руку и пойдем дальше. (Следующая группа движений, перестроений, которые нужно завершить, образовав круг).

- Нашли мы широкую площадку в лабиринте – и у нас получился круг. Предлагаю вам игру на внимание. (Таким же образом можно осуществить любое другое перестроение и выполнить разные движения).

Вот несложная игра на внимание. Обращаясь к детям, педагог говорит: «Дотроньтесь пальцем до носа и скажите при этом: «Нос». Еще раз! Еще! Я буду делать то же самое. Но если я скажу: «Лоб», вы должны тут же дотронуться до лба. Начали! «Нос, нос, нос, ухо!» Сказав: «Ухо», педагог дотрагивается до подбородка, и многие невольно делают то же самое. Кто ошибся, выбывает из игры.

- Ну а теперь давайте-ка посмотрим, не виден ли за стенами выход (прыжки на месте). Смотрите, выход, кажется, с той стороны – бежим туда (бег, галоп и т.д.).

- Наконец вышли мы из лабиринта: от бега запыхались. Спокойно дышим (различные дыхательные упражнения).

Например, такое:

Дети садятся на пол, расставив ноги в стороны, расслабляются. Делают глубокий вдох, поднимая вверх обе руки. На выдохе – резко наклониться в сторону правой ноги, одновременно скользя по ней двумя руками. То же в другую сторону.

Уже на первом году обучения с детьми разучиваются легкие танцевальные комбинации и танцевальные этюды. Если в группе нет мальчиков, то пары формируем как первая девочка и вторая девочка (мальчик).

### Танцевально-игровое занятие «Сказка о Карандаше и Резинке»

Дети садятся в исходное положение. Педагог приступает к рассказу:

- Уверена, что вы все любите рисовать. Тогда, здравствуй юный художник! Да, именно художник, потому что всякий, кто умеет придумывать и фантазировать, кто в своем воображении создает целый мир, может так себя называть. Но этого мало. Важно, чтобы не только ты сам считал себя художником, надо, чтобы это сказали о тебе другие. И в этом тебя поддержат карандаши, фломастеры, резинка-ластики. Если ты научишься правильно ими пользоваться, они помогут тебе нарисовать много интересного и удивительного. Ведь карандаши – это волшебные палочки, которые умеют творить чудеса. Но так уж устроен наш мир, что даже волшебству надо учиться.

Представим, что наши ножки – карандаши. Упражнение «Мягкие и твердые карандаши»:

Исходное положение – лежа на спине. Руки вытянуты вверх над головой.

«Твердый карандаш» - изо всех сил вытянуться на полу, тугу натянуть руки и ноги. Задержаться в таком положении нужное время. «Мягкий карандаш» - расслабить все мышцы. Повторить нужное число раз.

- Так же, как и люди, карандаши бывают молодыми и старыми. Только люди с годами растут, а карандаши, наоборот, уменьшаются, становятся короче. Как же это у них получается? Упражнение «Молодые и старые карандаши»:

Исходное положение – сесть в позу «прямого угла». Пальцы ног вытянуты. Руки в упоре сзади. Поднять тугу натянутые ноги в вертикальное положение («молодые карандаши»). Задержаться в этом положении нужное время. Перекатиться на спину, ноги согнуть в коленях, пятки максимально приблизить к ягодицам. Обхватить колени руками, голову прижать к коленям («старые карандаши»). Вернуться в исходное положение. Повторить нужное число раз. Вернуться в исходное для комплекса данных упражнений положение.

- Давайте теперь сочиним и сыграем сказку о Карапаше. Жил-был Карапаш, который больше всего на свете любил рисовать. И если люди живут в доме, то и у карандаша есть свой домик – коробка. Упражнение «Коробка с карандашами»:

Исходное положение – сесть в позу «прямого угла». Руки поднять вверх, ладонями вперед. Не сгибая ног, нагнуться, стараясь прямыми руками достать пальцы ног. Грудью коснуться ног. Задержаться нужное время. Медленно вернуться в исходное положение. Повторить нужное число раз.

«Непорядок», - решила Резинка и в мгновение ока стерла рисунок.

«Резинки» перекатом по полу докатываются до рисунков «Карапашей» и, дотронувшись до «летучих мышей» (стерев их), откатываются назад.

#### Примеры танцевальных этюдов.

##### Танец «Гуси – гуси»

Парный танец, изображающий двух веселых гусей. Используется в умеренном темпе. Дети, играя и изображая повадки птиц, вытягивают шеи, моют в «луже» лапки, любуются перышками, с которых постоянно стряхивают «водичку». Танец может сопровождаться песней «Жили у бабуси два веселых гуся».

##### Танец «Колобок»

Упражнения в этой разминке способствуют развитию не только «мышечного чувства», они формируют у детей умение использовать пространственный рисунок, вырабатывают индивидуальную манеру исполнения, развивают музыкальность. Работая с небольшим мячом, дети имитируют движения колобка. Все их действия подтверждаются речью, то есть песенкой, которую дети исполняют вместе с учителем, привыкая к характеру музыки, ее темпу и ритму.

Для удобства разбора по записи музыкальное сопровождение разделено по 16 тактов.

После входа в зал дети выстраиваются в четыре линии лицом к учителю. На музыкальное вступление к песенке «Колобок» дети соединяют у себя за спиной руки, в которых держат небольшой мяч. Позиция ног 6.

1-4 такты: На каждую четверть музыкального такта наклоняют голову направо - налево и т.д.

5-8 такты: Вместе с приседанием открывают из-за спины сначала правую, затем левую руку. Мяч - «колобок» переходит за спиной из правой руки в левую. Движение исполняется четыре раза на каждый тakt музыкального сопровождения.

9-12 такты: Дети, одновременно с неглубокими приседаниями по 6-й позиции, катают ладошки «колобки» по корпусу сверху вниз, от груди до колен. Движение исполняется четыре раза, на каждый тakt музыкального сопровождения.

13-16 такты: Дети вытягивают руки с «колобком» вперед, чуть вправо. Катают его между ладошками. Правая рука находится сверху левой. Обе руки с «колобком» переводятся влево впереди корпуса.

1-4 такты: Дети сгибают руки в локтях, прижимают «колобок» к груди, вновь выпрямляют руки в направлении направо от себя. Движение исполняется 4 раза. Направления движения рук постоянно меняются.

5-8 такты: Четыре раза, на каждый тakt музыкального сопровождения, дети подбрасывают обеими руками мяч - «колобок» вверх, ловят его и опускают на пол перед собой.

9-12 такты: Лежащий на полу мяч - «колобок» дети обегают по кружочкам в направлении хода часовой стрелки.

13-16 такты: Дети берут в руки «колобок», подносят к носу и выпрямляют руки вперед. Движение исполняют дважды.

1-4 такты: Дети садятся на пол, ноги в 6-й позиции, колени вытянуты. Руки над головой держат мяч - «колобок». Он внизу передается из правой руки в левую, когда выполняется взмах вверх правой ногой, затем из левой в правую руку под левой ногой. Движение исполняется четыре раза. Мяч постоянно описывает круг, проходит под ногой и возвращается наверх. Обе вытянутые руки фиксируют его положение наверху.

5-8 такты: Дети обеими ладошками прокатывают дважды мяч - «колобок» от груди по всему корпусу, по ногам до кончиков пальцев вытянутых стоп и обратно. Корпус, следуя за мячом, сгибается в пояснице пополам. На следующую четверть восьмого такта дети встают с пола. Ноги ставят во 2-ю позицию. Руки, держащие «колобок», поднимаются наверх в 3-ю позицию.

9-10 такты: На каждый тakt музыкального сопровождения дети опускают мяч - «колобок» вниз, затем снова поднимают наверх. Корпус вместе с руками резко наклоняется вперед и выпрямляется. Движение исполняется четыре раза. На последнюю четверть двенадцатого такта дети кладут «колобок» на пол между стопами ног и зажимают его.

13-16 такты: Дети выполняют прыжки вместе с зажатым между стопами «колобком». Прыжки исполняются восемь раз на каждую четверть такта музыкального сопровождения; руки находятся на талии.

По времени разминку можно увеличить под то же музыкальное сопровождение, давая определенные или импровизированные задания детям, игры с мячом - «колобком». Закончить разминку можно, исполняя первый куплет песни и движения, первоначальных восьми тактов музыкального сопровождения.

### Танцевальный этюд «Скакалка»

Танец сопровождается песней на музыку А. Филиппенко, слова Т.Волчиной. Веселый парный массовый танец. Дети держат в руках воображаемую скакалку и имитируют движения перескоков через нее, используя различные варианты.

Исходное положение: пары исполнителей стоят в кругу лицом друг к другу. Мальчик спиной к центру круга, девочка - лицом. В руках у них воображаемая скакалка, которая будет сопровождать движения ног, корпуса и головы. Позиция ног шестая.

1-8 такты: Пары два раза исполняют движение №1 «перескоки» с правой на левую ногу и обратно.

9-12 такты: Исполнители обходят друг друга, почти касаясь правыми плечами, спиной, и возвращаются в исходное положение, почти касаясь левыми плечами «до за до».

13 такт: Небольшой прыжок на двух ногах с поворотом вправо. Руки раскрыты в сторону как бы растягивая воображаемую скакалку.

14 такт: Небольшой прыжок на двух ногах с поворотом влево.

15-16 такты: Четыре прыжка на двух ногах с поворотом вправо на 360 градусов вокруг себя.

1-2 такты: Исполнители с правой ноги выполняют в сторону движение № 2 «галоп с прыжком».

3-4 такты: Исполнители с левой ноги движением № 2 возвращаются в исходное положение.

5 такт: 2 подскока по 6 позиции исполняют девочки, как бы отвечая на вызов мальчиков.

6 такт: Мальчики повторяют движение 5 такта

7 такт: Девочки повторяют движение 6 такта.

8 такт: Мальчики повторяют движение 5 такта.

9 такт: Девочки, наклонив корпус вперед, как бы набрасывают скакалку через верх на мальчиков.

10 такт: То же движение повторяют мальчики.

11 такт: Мальчики резко убирают, отбрасывают свою скакалку назад через верх.

12 такт: Девочки повторяют то же движение.

13-14 такты: Мальчики выполняют движение – два удара в пол правой и левой ногой и тройной притоп.

15-16 такты: Девочки повторяют движение мальчиков: удары ног об пол с притопом.

#### Танцевальный этюд «Цветы и бабочки»

Цель. Передавать образы распускающихся весенних цветов и порхающих бабочек, согласуя движения с музыкой. Дети стоят врассыпную. Исходное положение: пятки вместе, носки врозь, руки опущены.

Цветы (умеренно, 6/8).

Такты 1-2. Дети плавно поднимают перед собой вверх правую руку, кисть слегка отстает (появляется первый весенний цветочек, он начинает расти). Глазами следят за ростом цветка.

Такты 3-4. Плавно поднимают вверх левую руку (начинает расти второй цветок).

Такт 5. Плавно отводят в сторону правую руку (раскрывается бутон первого цветка).

Такт 6. Плавно отводят в сторону левую руку (раскрывается бутон второго цветка).

Такты 7-8. Поднимают плавно обе руки, тянут их вверх, слегка приподнимаясь на носочки (цветы тянутся к солнцу).

Такты 9-16. Раскачивают руки то вправо, то влево вначале слегка, потом все сильнее и сильнее – вместе с корпусом (сначала дует ветерок, затем начинается сильный ветер).

Такты 17-18. Руки плавно опускаются вниз (цветочки наклоняются к земле).

Бабочки (в темпе вальса, 3/4).

Такты 1-3. Дети изображают бабочек. Условными движениями они как бы рисуют этих бабочек; описывают круг руками (через стороны) снизу вверх, соединяя вверху ладони тыльной стороной (такт 1), затем описывают руками круг сверху вниз (такт 2) и плавно вытягивают руки вперед ладонями вверх (такт 3). Последним движением бабочка как бы показывает свои усики.

Такты 4-12. Повторяются движения тактов 1-3 (всего три раза).

Такты 13-14. Руки постепенно поднимаются невысоко в стороны, кисти часто колышутся (бабочки приподнимают свои крыльшки).

Такт 15. Руки плавно опускаются вниз (бабочки опускают крыльшки).

Такты 16-18. Повторяются движения тактов 13-15.

Такт 19. Руки плавно поднимаются через стороны вверх, кисти слегка отстают.

Такт 20. Руки плавно опускаются.

Такты 21-22. Повторяются движения тактов 19-20.

Такты 23-26. Продолжая поднимать и опускать руки, дети кружатся на месте и с концом пьесы встают на одно колено, опустив голову и скрестив руки внизу перед собой.

#### Танцевальный этюд «Веселая зарядка»

Музыкальное сопровождение – полька. Дети строятся в линии по четыре человека в каждой.

Первая фигура

Такты 1-4: все хлопают в ладоши восемь раз.

Такты 5-8: открыв руки в стороны, делают с правой ноги восемь шагов вперед.

Такты 9-12: положив руки на талию, делают восемь шагов назад.

Такты: 13-16: восемь раз подпрыгивают на обеих ногах.

Вторая фигура

Такты 1-2: слегка присев, делают два хлопка в ладоши справа и два хлопка слева.

Такты 3-4: положив руки на талию, четыре раза качают головой вправо и влево.

Такты 5-8: повторяют движения 1-4-го тактов второй фигуры.

Такты 9-12: постепенно поднимая руки, поворачивают кисти рук к себе и от себя.

Такты 13-16: положив руки на талию, восемь раз подпрыгивают на обеих ногах.

#### *Примеры танцевальных игр.*

##### Игра «Нос к носу».

Дети свободно располагаются по танцевальному залу и двигаются в любом направлении. По команде ведущего, например, «Нос к носу» они становятся по парам и касаются друг друга носами. Команды могут быть разнообразными: «Ладошка к ладошке», «Коленка к коленке», « Ухо к уху» и т.д.

##### Игра «Музыкальные капканчики».

На игровой площадке шесть играющих встают в пары. Пара берется за руки и поднимает их вверх, образуя ворота. Звучит весёлая музыка, все остальные играющие берутся за руки и цепочкой бегают между воротами, когда музыку выключают, ворота закрываются, т.е. опускают руки, стараясь поймать игрока, проходившего последним через ворота. Пойманные игроки образуют новые ворота. Игра продолжается пока не останется один не пойманный игрок.

#### *Примеры танцев и игр на импровизацию.*

##### Танец «Воробы и журавушки»

Под быструю музыку дети весело прыгают, словно воробы. При замедлении темпа переходят на мягкий шаг, а затем по сигналу руководителя поджимают ножку, придерживая ее руками (либо одной рукой) сзади и замирают, как «журавушки», стоят в той же позе – кто дольше?

##### Танец «Деревянные и тряпичные куклы»

При изображении действий и жестов деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, рук. Движения резкие, при поворотах вправо и влево сохраняются неподвижными шея, руки, плечи. «Кукла» двигает ногами, не сгибая коленей. (Музыка энергичная, с четким ритмом, стаккато.)

Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки «свисают» пассивно. Тело поворачивается то вправо, то влево, руки при этом обвиваются вокруг корпуса, голова покачивается, ноги тоже поворачиваются, хотя ступни и остаются на месте. (Музыка спокойная, легато.)

#### *«Звероритмика»*

Звероритмика - движения имитирующие повадки зверей, птиц в соответствии с четверостишьями.

• Кошка села на окошко,  
Стала кошка лапки мыть,  
Понаблюдав за ней немножко,  
Мы все движенья можем повторить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (руки перед собой согнуты в локтях, изображаем кошку, которая моет лапки).

Три, четыре, пять – повтори опять (руками прикасаемся к ушам)  
Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

• Змея ползет тропой лесной,  
Как лента по земле скользит,  
А мы движение такое,  
Рукою сможем все изобразить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (правой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед).

Три, четыре, пять – повтори опять (левой рукой перед собой изображаем змею, которая ползет вперед)

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

• Стоит цапля на болоте,  
Ловит клювом лягушат,  
И так стоять совсем не трудно  
Для нас, для тренированных ребят.

Раз, два, три – ну-ка повтори (правую ногу поднять до колена, руки вверх прямые, голову повернуть на правое плечо).

Три, четыре, пять – повтори опять (левую ногу поднять до колена, руки прямые вверх через стороны, голову повернуть на левое плечо)

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Ветер деревце качает,  
Хочет ветку наклонить,  
Понаблюдав за ним немножко  
Мы все движенья сможем повторить.

Раз, два, три – ну-ка повтори (руки прямые вверху над головой изображают качающееся дерево).

Три, четыре, пять – повтори опять (руки прямые вверху над головой изображают качающееся дерево).

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

• Мартышка к нам спустилась с ветки,  
Мартышку надо уважать  
Ведь обезьяны наши предки,  
А предкам детки, надо подражать.  
Раз, два, три – ну-ка повтори.

Три, четыре, пять – повтори опять (повторяем все движения вместе).

Ну, просто – молодцы! (руки разводим в стороны через I позицию).

Этюд, имитирующий действия человека.

Жила была бабка (руками изображаем как «бабка» надевает платок) у самой речки (правая рука перед собой делает волнистые движения). Захотелось бабке («бабка» надевает косынку) искупаться в речке (руки выводим вперед, затем в стороны, изображая плавание). Она купила себе мочало (на высоких полупальцах на месте разворачиваем пятки то вправо, то влево, при этом кулаками трем животик круговыми движениями). Наша песня хороша (разводим руки в стороны через I позицию) начинай сначала! (топнуть правой ногой и руки закрыть на пояс).

### *Рисунки танца.*

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг.

Круг. Отработка навыков двигаться по кругу:

- лицом и спиной;
- по одному и в парах.

Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг.

Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

Линия. Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад. «Змейка» - движение по линии друг за другом, перестраиваясь в круг.

Колонна. Понятие «колонна». Движение в колонне вперед. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе.

### *Танцевально-образная импровизация.*

Происходит отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий (например: кузнец, вышивальщица, водитель, художник), явлений природы и неодушевленных предметов:

-танцевальные шаги в образах: журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона и т.д.

-изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д.

Через танцевальные элементы предложить детям изобразить, как помогают дома маме, папе (например: забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье и т.д.).

Темы:

1. «Плыvем на лодке» - подражательное движение;
2. «Сажаем картошку» - имитация;
3. «Колка дров» - подражательное движение;
4. «Ветерок и ветер» - имитация.

5. Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

6. Этюды на создание образов, передача настроения музыки, танцевальные импровизации на заданный музыкой характер.

Для импровизации могут быть использованы задания по темам: «Магазин игрушек», «В мире животных», «Птичий базар» и т.д.

### *Простые элементы танца.*

Изучение комбинаций из основных, ранее выученных движений.

Комбинации движений на месте.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – упражнение «тик-так» головой.

5 такт – отвести левую ногу на носок вперед («птичка»).

6 такт – вернуться в исходное положение.

7 – 8 такты – упражнение «тик-так» головой.

II комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – шаг правой ногой в сторону, корпус наклонить вперед, шею вытянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

3 – 4 такты – то же повторить еще раз.

Комбинацию повторить с левой ноги.

III комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»).

2 такт – перевести правую ногу на пятку («утюжок»).

3 такт – поднять правую ногу согнутую в колене («флажок»).

4 такт – вернуться в исходное положение.

Комбинацию повторить с левой ноги.

IV комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки опущены вдоль корпуса.

Музыкальный размер 2/4.

1 – 2 такт – правая рука изображает волнистые движения справа налево.

3 – 4 такты – левая рука изображает волнистые движения слева направо.

5 – 6 такты – руки перед собой согнуты в локтях, кисти в кулаках. Исполняются круговые движения «кулачок за кулачком».

7 – 8 такты – руки разводим в стороны.

Комбинации движений в продвижении по кругу.

I комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. Музыкальный размер 2/4.

Три шага с правой ноги – приставить. Три хлопка в ладони – исходное положение.

II комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки свободно вдоль корпуса.

Музыкальный размер 4/4.

Четыре шага со свободными движениями рук, затем поворот вправо на полупальцах, руки поднять вверх («раскрытый цветок»).

III комбинация. Исходное положение – ноги вместе, руки в стороны. Музыкальный размер 2/4.

1 – 4 такты – мелкий бег на полупальцах.

5 – 8 такты – присесть в глубокое приседание, руки опустить вниз.

Формы подачи материала. Наглядный показ танцевальных движений, устное изложение, объяснение.

Форма занятий: занятие-игра.

Обучающиеся будут знать:

1. Правила техники безопасности;
2. Строение и характер музыки;
3. Точки зала;
4. Понятие об интервале.

Обучающиеся будут уметь:

1. Выполнять ритмические упражнения с заданием;
2. Слышать начало и конец музыкальных фраз;
3. Исполнять разученные танцевальные движения.

Оборудование и материалы. Хореографический класс, музыкальная аппаратура, музыкальные диски или флешка, инвентарь для танцевальных этюдов.

Формы контроля. Наблюдение, тестирование, опрос, контрольное занятие.

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

**Раздел 1 «Организационная работа».**

Это блок занятий посвященных комплектованию групп и проведению родительского собрания.

Задачей является проинформировать детей и родителей о содержание и форме занятий, внешнем виде воспитанников, специализированной одежде и о правилах зачисления ребенка в коллектив. Обсуждается роль подготовки к занятиям, дисциплина во

время обучения, взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми.

С детьми проводятся беседы по разъяснению элементарных правил поведения на занятиях и технике безопасности в соответствии с их возрастом. Также проводятся профилактические беседы с родителями.

Знакомство детей с учебным кабинетом, его оборудованием. Экскурсия по Центру детского творчества.

### **Раздел 3 «Партерная гимнастика»**

Цель предмета – гармоническое развитие личности, направленное на всестороннее совершенствование двигательных способностей, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия.

#### Задачи:

1. формирование осанки;
2. корректировка физических недостатков строения тела;
3. тренировка сердечно – сосудистой и дыхательной систем;
4. воспитание психологических качеств личности;
5. развитие танцевально-ритмической координации и выразительности.

Все перечисленные задачи связаны между собой. Результаты их освоения взаимообусловлены. Имеют взаимозависимый характер.

#### Теоретическая часть:

Формирование осанки, корректировка отдельных недостатков в физическом строении тела и другие задачи находятся в прямой зависимости от постановки дыхательной системы у конкретного ученика, от его умений, навыков использования правил дыхания. В свою очередь, выработка правильного дыхания зависит от осанки, психологических качеств личности, развития мышечно-связочного аппарата.

Упражнения выполняются лежа на спине, животе, сидя и стоя на коленях. Упражнения на полу позволяют с наименьшей затратой энергии повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, увеличить силу мышц.

При изучении прыжков необходимо обратить внимание на предварительный полуприсед, во время которого мышцы ног растягиваются, а затем во время толчка интенсивно сокращаются. Толчок должен быть энергичным, коротким, акцентированным, с быстрым выпрямлением ног. Во время полета тело должно быть выпрямлено, ноги сильно вытянуты в коленях и носках. Во время приземления необходимо смягчить силу взаимодействия с опорой за счет приземления на носки, а затем опускания на всю стопу с последующим сгибанием ног во всех суставах.

На первом году обучения проучиваются самые простые по форме прыжки:

- 1) на двух ногах на месте, в продвижении вперед, назад и в стороны,
- 2) прыжки в полуприседе и приседе.

3) перескоки с ноги на ногу, выполняемые на месте и в продвижении. Также проучиваются перескоки одна нога вперед другая назад, сочетания прыжков ноги врозь и ноги вместе, но не более 4 прыжков подряд.

Чтобы избежать неблагоприятные изменения свода неокрепшей стопы, прыжки следует чередовать с обычной ходьбой, высоким шагом, бегом. Дозировка упражнений должна соответствовать индивидуальным возможностям детей.

#### Практическая часть:

##### Развитие силы ног и стоп.

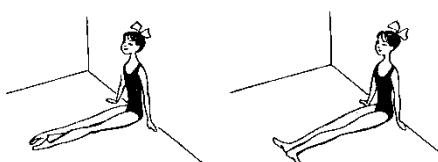
Упражнения сидя на полу:

- Ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола;



- Для выворотности стопы - сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола. Можно помочь руками. Следить, чтобы колени не сгибались;

- Нога поднята в воздух на 15-20\*: вращение стопой в одну и другую стороны;
- Подъем натянутых ног в воздух по очереди и одновременно;



- «Уголок»;
- Сидя на коленях, стопы натянуты, опираться руками сзади около носочеков – поднять коленки в потолок на подъемах и давить на пятки. Следить, чтобы пятки не разъезжались.
- «Горка» - сидя на коленях, стопы натянуты, опираясь руками около коленок подняться вверх на подъемах. В этом положении можно «маршировать», опираясь на руки и подъемы;
- Из положения «Книжка» при помощи рук развернуть стопы и поставить на подъемы, колени так же касаются пола.



Упражнения лежа на животе:

- «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса. Сильно прижимать пятки к полу.
- Стارаемся коснуться большим пальцем пола и сократить стопы, сильно натянув на себя;



- Подъем натянутых и сокращенных ног в воздух по очереди и одновременно;



- «Складочка»- с положения лежа, быстро сесть с ровным корпусом, затем наклониться вперед к вытянутым ногам и вернуться в исходное положение;



Выполняются упражнения, проученные на 2 году обучения. Данные упражнения усложняются и добавляются новые движения.

Упражнения на полу:

- И.П. стоя на коленях. Правая нога вытянута вперед натянутым носком в пол, руки в положении в сторону. Поднятие ноги максимально вверх и удержание в таком положении. Затем упражнение повторяется с лев. ноги и в положении ноги в сторону.

Упражнения стоя:

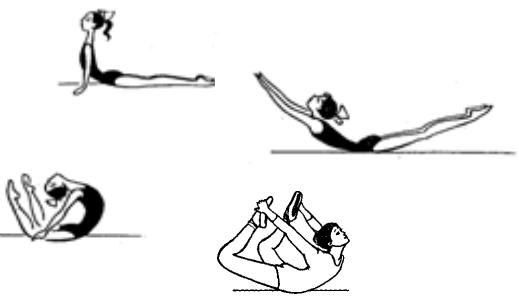
- Подъем на полупальцы и хождения на полупальцах по залу;
- Поочередно ногами опираться на подъем, пытаясь встать на него;
- «Шагание» на подъемы: на «раз»- поставить правую ногу на подъем; на «два»- поставить левую ногу на подъем (стойка на «пальцах»); на «три»- опустить правую ногу на всю стопу на пол; на «четыре»- опустить левую ногу на всю стопу. Повторить все начиная с левой ноги.

- Ходить по залу на подъемах как балерины на пуантах.

Развитие гибкости мышц спины.

Упражнения лежа на полу на животе:

- «Кобра» - подъем корпуса с опорой на руки;
- «Лодочка» - одновременный подъем ног и рук вверх, затем раскачивание в этом положении с включением корпуса и рук;
- подъем ног назад поочередно;
- «Колечко»;
- «Корзиночка» и раскачивание в этом положении;
- «Ушастый заинька» – упражнение для мышц спины. Руки вдоль корпуса, поднять прямые ноги вверх и опустить их вниз за голову, достать носками до пола. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.



Упражнения на полу лежа на спине:

- «Березка» с опорой на руки и без рук;
- «Складочка»- с положения лежа, быстро сесть с ровным корпусом, затем наклониться вперед к вытянутым ногам и вернуться в исходное положение;
- «Полумост», усложняется выведением одной ноги на воздух вперед;
- «Мостик», усложняется небольшими покачиваниями, подъемом ног на полупальцы;



«Качалочка»- сгруппировавшись и обняв руками колени, делается покачивание назад и вперед.



Упражнения сидя на коленях:

- «Цветочек» - перегиб назад стоя на коленках, руками опираться на пол, в дальнейшем опора на стопы.

Упражнения лежа на спине:

- «Паучек»- хождение по залу в положении «мостика».
- «Мостик» с одной ногой на воздух в потолок
- Переход в «Мостик» из положения «Цветочек».

Упражнения лежа на животе:

- Руки в положении на локтях, спина чуть-чуть приподнята. Махи ног назад, ловля ноги за головой в положение «Кольцо». Усложняется вытягиванием коленного сустава.

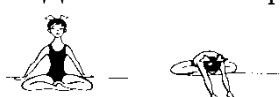
#### Развитие силы ног и танцевального шага.

Упражнения сидя на полу:

- «Ножницы» вертикальные и горизонтальные;
- «Буратино» - ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны.
- наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка;



- вернуться в исходное положение. Движение повторить с левой ноги.



- «Книжка»;

Упражнения лежа на спине:

- Подъем натянутых ног в воздух по очереди и вместе;
- махи ногами;
- «Ножницы» вертикальные и горизонтальные;
- резкое раскрытие ног в стороны в положение поперечного шпагата;
- «Велосипед».

Упражнение лежа на животе:



- «Лягушка», усложняется подъемом спины с упором на руки;
- махи ног по очереди назад. Махи ног так же можно выполнить стоя на четвереньках.
- Три вида шпагата, растяжка.
- «Маятник» - опускание прямых ног на пол вправо и влево, образуя между телом и ногами угол в 90°.
- «Солнышко» – ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны.  
– наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги.  
– вернуться в исходное положение. Движение повторить с левой ноги.



- Растяжка в шпагат со скамейки.

#### Устойчивость и координация.

Партер:

- Повороты и наклоны головы с одновременной работой ног сидя на полу;
- Подъем ног в воздух при помощи рук - выполняется из положения сидя с согнутыми ногами, взявшись за пятки, а так же с положения «книжки».
- Стоя на четвереньках, вытянуть правую ногу назад параллельно полу и левую руку вперед – зафиксировать данное положение. Исполнить с другой ноги.
- Стоя на коленях, руки в стороны, правая нога вытянута вперед в пол – поднятие ноги на 90°. Исполняется правой и левой ногами, вперед и в стороны.



Упражнения стоя:

- «Стульчик» - стоять на 1 ноге, удерживая равновесие. Усложняется подъемом на полупальцы;
- «Важный петушок» - удержать равновесия стоя на одной ноге и выполняя движение другой ногой;
- «Бабочка», усложняется прыжками.

#### Предполагаемые результаты.

Обучающийся будет знать:

- Музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4.
- Знать понятие о такте и затахте, слабую и сильную доли.
- Позиции ног.
- Терминологию партерной гимнастики и основных танцевальных элементов.

Обучающийся будет уметь:

- Правильно выполнять различные перестроения.
- Грамотно выполнять элементы партерной гимнастики.
- Импровизировать на любую заданную тему под, различного характера, мелодию.

Форма занятий: учебно-тренировочная.

Техническое оснащение: хореографический класс, напольное покрытие (индивидуальные коврики или один общий спец.ковер).

Форма подведения итогов - контрольный урок. Выполняются все упражнения партерной гимнастики в законченной, усложненной форме.

Используемая литература:

1. Иова Е.П., Иоффе А. Я., Головчинер О. Д. Утренняя гимнастика под музыку. – Москва: Просвещение, 1984.
2. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе.

3. Попова У. Основы обучения дыханию в хореографии. – М.; издательство «Искусство», 1968.

#### ***Раздел 4. «Ритмика»***

Цель – развитие музыкальности: чувства ритма и лада; обогащение музыкально – слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

#### Задачи:

- познакомить детей с элементами музыкальной грамоты.
- обучить связи музыки и движений.
- развить танцевально-ритмическую выразительность и координацию.

Теория. Ритмика – специальный раздел программы музыкально – ритмического воспитания. На занятиях ритмической гимнастики у детей идет интуитивное восприятие материала, знакомство происходит в процессе урока на танцевальных движениях и комбинациях. Специально подобранные упражнения вырабатывают внимание и координацию. Начиная с головы и заканчивая ногами, во время занятия задействованы все мышцы тела, что способствует выработки хорошей осанки, правильной постановке корпуса и головы. Ребенок учится быстро схватывать и усваивать новый материал, знакомиться с понятиями «быстро», «медленно», «громко» и «тихо» и т.д.

Движения на ритмических занятиях могут применяться самые разнообразные: и гимнастические, и бытовые, и танцевальные; основные положения ног: свободная I позиция и IV позиция; основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе; прыжки по 6 позиции ног с хлопками в ладоши; ритмичные и акцентированные хлопки в ладоши.

Занятия ритмики вызывают активную работу мысли ребенка, способствуют расширению кругозора, развитию его мышления. А проведение занятий в игровой форме доставит детям большое удовольствие и избавит их от скучного знакомства с движениями.

Начинаем с разминки по кругу или на середине зала. Разминка необходима для разогрева всех групп мышц, чтобы в дальнейшем можно было перейти к выполнению более сложных движений. В разминке по кругу делается акцент на выносливость и силу, общее физическое здоровье. Некоторые упражнения делаются в парах, что позволяет сплотиться и укрепить дух коллективизма и взаимопомощи.

Разминка на середине зала состоит из упражнений, направленных на развитие координации, внимательности, гибкости и пластичности движений. Это такие движения, как: повороты головы, наклоны головы; наклоны корпуса вперед, назад и в сторону; движения на полупальцах и пальцах ног; разнообразные махи и легкие прыжки.

Разминочные упражнения необходимо выполнять под музыку, которая должна быть разнообразной – и быстрой, и медленной. Начиная с ритмичного шага по кругу, затем исполняются шаги по переменно то на полу пальцах, то на пятках. Шаги с высоким подниманием колена. Выполняется легкий бег, далее – с бросками вытянутых ног вперед и назад. Делаются соскоки в 6 позицию. По окончанию – легкий галоп правым и левым плечами по очереди.

#### Практическая часть:

##### *Музыкально-ритмические занятия.*

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различение правой, левой ноги, руки, плеча;
- повороты вправо, влево;

Упражнения на развитие мышечного чувства:

- Сгибание кистей рук вниз и вверх, отведение вправо и влево;
- круговые вращения кистей (внутрь и наружу);
- постепенное сгибание и выпрямление пальцев рук;
- круговые движения руками;
- Разведение рук в стороны с напряжением («растягивать резинку»).

- Круговые махи руками («мельница»).
- расслабление мышц плечевого пояса;
- круговые движения плечами;
- напряжение и расслабление мышц рук.
- напряжение и расслабление мышц ног;
- перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно («маятник»).
- сгибание и разгибание в подъеме;
- отведение наружу и внутрь;
- поднимание согнутой в колене ноги.
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе.
- сгибание вперед и разгибание корпуса.
- повороты корпуса («пилка»).
- поднимание на полупальцах (releve) по I, II и VI позициям.
- выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене.
- отведение ноги назад махом.

*Основные виды танцевальных движений.*

• Ходьба и бег. В занятиях с детьми можно использовать следующие виды бега: медленный и быстрый, бег на месте, по кругу, змейкой, держась руками друг за друга, в парах. Усложняя задания, преподаватель разучивает с детьми бег с высоким подниманием бедра (на месте и с продвижением вперед), бег врассыпную с последующим построением в указанном месте, в парах, в тройках и т.д.

- Приставной шаг.

И.п. – III позиция ног, правая впереди, руки на поясе. На раз – шаг правой ногой, стойка на ней, левая сзади вытянута носком в пол. На два – скользящим движением по полу приставить левую ногу к правой в и.п. Может выполняться вперед, назад и в стороны. Во время выполнения шага туловище не разворачивать за ногой. Соблюдать хорошую осанку.

- Птичка - оттянутый носок вперед, в стороны.
- Утюжок – исполняется по выворотной I позиции ног вперед и в сторону.
- Стульчик – выполняется с подъемом на полупальцы.
- Флажок- поднимание ноги до колена с натянутой стопой выворотно (passé).
- Галоп с поворотом и переворотом.
- Подскоки. Изучается понятие «высокого» и «быстрого» подскоков.
- Тройной бег исполняется по диагонали. Муз.размер 2/4. «Раз, и, два» – выполняется легкий бег на каждую 1/8, «и»- пауза, полу приседе на одной ноге, другая, согнутая в колене, вытянутым носком касается опорного колена.
- «Маятник»- быстрые наклоны из стороны в сторону, руки либо на поясе, либо вытянуты над головой с соединенными ладонями.

• Наклоны вперед, руки за головой и перегибы назад.

• Подъемы на полу пальцы (п/п). Подъемы через demi plie, по VI, I и II позициям ног.

1 вариант : «раз»- п/п, «и»- plie, пятки еще больше поднимаются над полом, «два»- сохраняя plie в коленях, опускаются пятки на пол, «и»- вытягивание коленного сустава. 2 вариант : Все обратно, «раз»- plie, «и»- сохраняя plie, идет подъем пяток на высокие п/п, «два»- вытягивание коленного сустава, «и»- опускание с п/п. При исполнении этого упражнения необходимо следить за правильным положением корпуса, не допускать “шатания” на ногах, перекоса в корпусе. Следить за правильным положением рук – на поясе. После усвоения движения его можно усложнить положением рук: положение «креста»- руки открыты точно в стороны, вытянуты до кончиков пальцев, напряжены, ощущение постоянного растягивания в стороны.

- Переменный шаг. И.п. – III позиция ног, правая впереди. Шаги выполняются с вытянутого носка в разные направления. На 4 счета выполнить 3 шага с правой ноги по

выбранному направлению, на «четере» – пауза, на «и» - провести скользящим движением по полу левую ногу вперед. Все повторить с левой ноги.

• Шаг польки. Это шаг галопа, выполненный с легкими прыжками. С детьми младшего возраста проучивают движение только по направлению вперед. И.п. – III позиция ног, правая впереди, руки на поясе. «И» - небольшой подскок на левой ноге, «раз» - шаг галопа правой ногой, «два» - шаг правой, подскок на ней с проведение левой ноги вперед. Шаг выполняется легко, изящно, сопровождая движения поворотами головы в сторону одноименной ноги. После освоения шага польки его можно сочетать с шагами галопа, притопами, поворотами.

#### *Пространственные перестроения.*

Понятие пространственных перестроений.

- «Змейка» продольная и поперечная.
- Перестроение из шеренги по четыре в «звёздочку», «кружочек» и обратно в шеренгу.
- Движение в колонну по одному из углов по диагонали с переходом в центре через одного.
- Построение из круга в одну шеренгу, в две шеренги, в четыре шеренги и обратное перестроение на месте, в движении.

• Перестроение группы из круга в квадрат.

• «Воротца», «звездочка» и «карусели».

Изучение понятия «рисунка танца».

• Круг. Отработка навыков двигаться по кругу:

- лицом и спиной;

- по одному и в парах.

Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг.

Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

• Линия. Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад. «Змейка» - движение по линии друг за другом, перестраиваясь в круг.

• Колонна. Понятие «колонна». Движение в колонне вперед. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе.

• «Сpirаль» (улитка).

• Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

• Построение в колонну по одному, по два, в пары.

#### *Прыжковые упражнения.*

Виды прыжковых движений:

- Прыжки по IV позиции ног, руки на поясе или в положении в сторону- «крест».
- «Трамплинные» прыжки. Прыжки по VI позиции ног с зависанием и сильным толчком вверх, руки на поясе. По заданию педагога руки могут быть свободными и помогать выпрыгнуть повыше. Усложняется упражнение положением рук – «крест». Так же в начале года можно исполнять по диагонали: до середины диагонали «трамплинные» прыжки.

• «Мячики»- прыжки в полном приседе, сохраняя прямое положение спины, руки на поясе, стараться пятами достать до “хвоста”.

• «Поджатые» прыжки – выпрыгивание вверх с подтягиванием пяток к V-ой точке (“хвост”). В начале для лучшего понимания и исполнения движение комбинируется с трамплинными прыжками. В последствии прыжок исполняется на низких полу пальцах. Можно исполнять по диагонали.

• «Маленькая разножка». Начальная музыкальная раскладка: «раз»- demi plie, «и»- прыжок вверх, «два и»- мягкое приземление и углубление demi plie, «три и»- вытянуться, «четыре и»- пауза. Затем исполняется подряд без остановки в один счет.

• Для укрепления стопы и развития высоты прыжка по диагонали выполняются прыжки на одной ноге. Руки на поясе, другая нога поднята над полом и согнута в колене. Нужно добиваться хорошей работы стопы – регулярное вытягивание стопы опорной ноги в воздухе, и высокого прыжка. Усложнить можно, взявшись рукой за стопу согнутой ноги, вторая рука на поясе. Так же можно и облегчить – руки свободны. Так же упражнение усложняется тем, что опорная нога во время прыжка поджимается вверх, таким образом, пытаясь соединиться с уже согнутой ногой. В этом упражнении главное добиться легкости и беззвучности прыжка.

• Более сложными считаются прыжки через скакалку, напрыгивания на возвышения и спрыгивание с них. А так же прыжки с поворотом на 90°, 180° и 360°.

• «Выворотные поджатые» или «Петушок». Исполняется на месте по I позиции. Во время прыжка сохраняется выворотное положение ног, колени направлены в стороны, пятки «смотрят» друг на друга, носки сильно вытянуты.

• «Большая разножка» проучивается в конце года. И.П.: VI позиция. Делается 3 подготовительных прыжка, а на 4 ноги раскрываются резко на одну горизонтальную линию в выворотном положении и прыжок заканчивается в 1 позицию. Первоначально руки м.б. в свободном положении и помогать при прыжке, в дальнейшем руки на пояс.

В конце занятия обязательно проводится растяжка: шпагаты, мостики, «книжка» и т.д.

Формы подачи материала. Устное изложение, объяснение, наглядный показ.

Оборудование и материалы. Хореографический класс, музыкальная аппаратура, музыкальные диски или флешка.

Формы контроля. Выполнение нормативов, опрос, тест-игра, наблюдение, анализ и самоанализ, контрольное занятие.

Предполагаемые результаты. Правильно исполняют танцевальные элементы, знают терминологию.

Учащиеся будут знать:

- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов.

Учащиеся я буду уметь:

- начинать и заканчивать упражнения в соответствии с музыкой;
- различать музыкальный ритм(2/4,4/4,3/4) на слух.
- свободно и легко исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы;
- исполнять движения в темпо-ритме музыки.

Форма занятий: учебно-тренировочная.

## ***Раздел 5 «Постановочно-репетиционная работа»***

На данном этапе обучения танцевальные этюды не сложные, построенные на рисунках танца, а не на сложных движениях. Важную роль играет музыкальное оформление и костюм детей.

**Цель** - раскрытие творческих способностей обучающихся, приобщение детей к концертной деятельности.

**Задачи:**

1. обучение правилам поведения на сцене и за кулисами;
2. развитие и выявление творческих способностей, снятие зажатости и комплексов у воспитанников;
3. воспитание чувства ответственности и коллективизма.

**Теоретическая часть:**

Объяснение смысла и задумки танца, основ постановки танца и необходимости репетиционной работы. Прослушивание музыкального материала, продумывание идеи и

костюма танца. Определение танцовщиков, солистов, основного и запасного составов. Правила поведения на сцене и за кулисами.

**Практическая часть:**

Самый сложный и длительный этап в постановочном процессе. Изучаются и отрабатываются движения и комбинации. Оттачивается техника исполнения. Отрабатывается разводка по местам и рисункам танца, переходы из рисунка в рисунок.

В заключении проходят неоднократные повторения танцевальной постановки под музыку – прогоны. Отработка самых сложных кусочков и комбинаций танца. Отработка характера танца, эмоциональности в исполнении и жестов. Педагог рассказывает и показывает то, что должен почувствовать, ощутить и выразить ребенок при исполнении того или иного движения. Характер, манеру исполнения, жесты. Предлагает детям попытаться выразить то или иное чувство самостоятельно.

Многократные повторения постановки - прогоны под музыку помогают ученикам увереннее чувствовать себя в танце. Отработка сложных комбинаций и движений, четкости и синхронности исполнения, музыкальности и выразительности движений. На заключительном этапе дорабатываются все детали и не только танца, но и костюма и даже грима.

**Предполагаемые результаты.**

**Учащиеся должны знать:**

1. сценическое пространство: авансцена, кулисы, зрительный зал, точки сцены;
2. танцевальный репертуар данного года обучения;
3. общепринятые правила поведения на сцене и за кулисами во время концерта, технику безопасности.

**Учащиеся должны уметь:**

1. ориентироваться на сцене относительно «центра» и зрительного зала;
2. следить за четкостью рисунков танца и синхронность исполнения;
3. передавать настроение и характер танца;
4. импровизировать под характер музыки на заданную педагогом тему.

**Формы подачи материала.** Устное изложение, объяснение, демонстрация.

**Форма контроля:** наблюдение, опрос, творческий отчет.

**Форма занятий:** учебно-тренировочная.

**Техническое оснащение:** хореографический класс со станками, музыкальный центр, сцена.

## **1.4. ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предполагаемые результаты освоения полного курса обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «**Танцевальная азбука**» сформулированы исходя из требований к знаниям, умениям и навыкам, которые должны приобрести учащиеся в процессе обучения на всех годах с учетом целей и поставленных задач.

### ***Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы***

**Учащиеся будут иметь представление –**

- о значимости общекультурных компетенций в развитии современного общества, а также формирование и развитие универсальных учебных умений самостоятельно определять, высказывать, исследовать и анализировать, соблюдая самые простые общие для всех людей правила поведения при общении и сотрудничестве;

- об актуальности и безопасности здорового образа жизни;
- о хореографическом искусстве, музыке и культуре танца.

**Учащиеся будут способны –**

- на понимание причин успеха в творческой деятельности;
- на ответственное отношение к обучению, саморазвитию и самооценке на основе мотивации к обучению и познанию в области хореографического искусства;
- к уважительному отношению к культуре своего народа.

***Метапредметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы***

Учащиеся научатся наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства и оценивать их; выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.); находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;

*Учащиеся будут способны на доступном уровне:*

- осваивать способы решения проблем творческого характера и определения наиболее эффективных способов достижения результата;
- организовывать сотрудничество с педагогом и сверстниками, работать в группе, продуктивно общаться и взаимодействовать;
- развивать физические, художественные, психомоторные, коммуникативные способности;
  - владеть основами самоконтроля и самооценки;
  - развивать наблюдательность, ассоциативное мышление, художественный вкус и творческое воображение;
  - применять на себя законы биомеханики физических упражнений.

***Предметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы***

Учащиеся будут иметь представление о значении хореографической культуры для укрепления здоровья, о её позитивном влиянии на развитие человека как факторе успешной социализации.

*Учащиеся будут уметь:*

- правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений;
- исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в соответствии с программой обучения;
- правильно ориентироваться на сценических площадках и за кулисами;
- исполнять танцевальные движения и элементы самостоятельно, импровизировать - развитие способностей к творческому самовыражению.

*Учащиеся будут знать:*

- основные термины, позиции, положения и движения, используемые в хореографии;
  - технику выполнения упражнений, уметь ориентироваться в сложных перестроениях;
  - музыкальную терминологию, актуальную для хореографического искусства.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарные учебные графики дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «*Танцевальная азбука*» ежегодно составляются в соответствии с учебными планами, расписанием на текущий учебный год, рассматриваются педагогическим советом и утверждаются директором учреждения.

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**Начало учебного года – 1 сентября.**

**Окончание учебного года – 31 мая.**

**Продолжительность учебного года: 36 недель.**

№ п/п	Месяц число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
<b>МОДУЛЬ 1</b>							
1			теоретич. занятие	2	Давайте познакомимся. Презентация программы «Танцевальный алфавит». Инструктаж по ТБ, правила посещения объединения.	ЦДТ №5 каб. 205	Опрос по ТБ.
2			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «С добрым утром»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
3			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «С добрым утром»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
4			комбинированное	2	Азбука движений: поклон, основные виды шагов и бега, положения рук.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
5			комбинированное	2	Азбука движений: поклон, основные виды шагов и бега, положения рук.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
6			комбинированное	2	Азбука движений: поклон, основные виды шагов и бега, положения рук.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
7			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Прогулка в лес»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
8			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Прогулка в лес»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
9			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Птица», «Качалочка», «Змейка»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
10			комбинированное	2	Пляска «Краковяк для малышей»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
11			комбинированное	2	Пляска «Краковяк для малышей»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
12			тематическое	2	«Уровень творческого развития»	ЦДТ №5 каб. 205	Тестирование
13			комбинированное	2	Азбука движений: пружинка, «ходим-бегаем»,	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение

					хлопки.		
14			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Лабиринт»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
15			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Лабиринт»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
16			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Самолет»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
17			комбинированное	2	Танец-игра «Мишки и мышки»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
18			комбинированное	2	Танец-игра «Листики осенние»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
19			комбинированное	2	Азбука движений: «Бодрый шаг и легкий шаг».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
20			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Листики осенние»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
21			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Листики осенние»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
22			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Ребята и зверята»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
23			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Ребята и зверята»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
24			комбинированное	2	«Пляска с платочком», Танец-игра «Огоньки».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
25			комбинированное	2	Азбука движений: «Сапожки».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
26			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Сказка о Карандаше и Резинке»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
27			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Сказка о Карандаше и Резинке»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
28			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Сказка о Карандаше и Резинке»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
29			комбинированное	2	Азбука движений: «Веселый прыжки»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
30			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Шла лиса».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
31			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Шла лиса».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
32			комбинированное	2	«Танец Снежинок»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение

## 2 МОДУЛЬ

1			комбинированное	2	Танцевально-образные движения.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
2			комбинированное	2	Танцевально-образные движения.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
3			комбинированное	2	Танцевально-образные движения.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
4			комбинированное	2	Танец «Гуси-гуси»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение

5			комбинированное	2	Танец «Колобок»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
6			комбинированное	2	Азбука движений: «Научились мы ходить»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
7			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Сказочный лес»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
8			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Сказочный лес»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
9			комбинированное	2	Азбука движений: «Ручки ножки», «Стукалка»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
10			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Велосипед»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
11			комбинированное	2	Азбука движений: «Лошадки скачут».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
12			комбинированное	2	Танец-игра «Веселые парочки»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
13			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Сделай круг».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
14			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Времена года»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
15			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «Времена года»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
16			комбинированное	2	Азбука движений: «Ловкие ручки»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
17			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Горошинки рассыпались»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
18			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «В зоопарке, в цирке»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
19			комбинированное	2	Танцевально-игровое занятие «В зоопарке, в цирке»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
20			комбинированное	2	Веселый тренинг: «Ножницы»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
21			практическое занятие	2	Простейшие элементы танца	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
22			практическое занятие	2	Простейшие элементы танца	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
23			практическое занятие	2	Простейшие элементы танца	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
24			практическое занятие	2	Простейшие элементы танца	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
25			практическое занятие	2	«Звероритмика»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
26			практическое занятие	2	«Звероритмика»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
27			практическое занятие	2	«Звероритмика»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
28			практическое занятие	2	«Звероритмика»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
29			практическое занятие	2	Танцевально-музыкальные	ЦДТ №5	Наблюдение

			занятие		игры	каб. 205	
30			практическое занятие	2	Танцевально-музыкальные игры	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
31			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Тряпичные и деревянные»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
32			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Тряпичные и деревянные»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
33			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Воздушный шар» «Перышко»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
34			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Воздушный шар» «Перышко»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
35			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Музыкальные акценты»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
36			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «Музыкальные акценты»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
37			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «В магазине игрушек»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
38			практическое занятие	2	Танцы на импровизацию «В магазине игрушек»	ЦДТ №5 каб. 205	
39			практическое занятие	2	Закрепление материала.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
40			контрольное	2	Закрепление материала.	ЦДТ №5 каб. 205	Контрольное занятие

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**Начало учебного года – 1 сентября.**

**Окончание учебного года – 31 мая.**

**Продолжительность учебного года: 36 недель.**

№ п/п	Месяц число	Время проведен ия занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место provеден ия	Форма контроля
<b>МОДУЛЬ 3</b>							
1			теоретич. занятие	2	Инструктаж по ТБ. Комплектование групп. Родительское собрание.	ЦДТ №5 каб. 205	Опрос по ТБ
2			комплексное	2	Упр-я на овладение навыков правильной походки, осанки	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение.
3			комплексное	2	Упр-я для правильной постановки рук и ног	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение.
4			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц спины	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
5			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц пресса	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
6			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц стопы	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.

7			комплексное	2	Упр-я на выворотность паховых мышц	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
8			комплексное	2	Упр-я на выворотность ног	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
9			комплексное	2	Упражнения на равновесие	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
10			комплексное	2	Прыжковые упражнения	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
11			комплексное	2	Упр-я на закачку мышц спины	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
12			комплексное	2	Упр-я на подвижность суставов рук, ног	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
13			комплексное	2	Упр-я на выворотность стоп	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение.
14			комплексное	2	Маховые и пружинистые упражнения	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение.
15			комплексное	2	Упр-я на боковые мышцы корпуса	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
16			комплексное	2	Упр-я на мышцы брюшного пресса	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
17			комплексное	2	Шаги на полупальцах, острый, высокий, пружинный	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение.
18			комплексное	2	Наклоны корпуса стоя, сидя.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
19			комплексное	2	Наклоны в стороны на двух ногах, на одной	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
20			комплексное	2	Наклоны на коленях вперед, в сторону, назад.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
21			комплексное	2	Упр-я на гибкость корпуса	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
22			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц корпуса, плеч.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
23			комплексное	2	Упр-я на растяжку, закачку мышц ног.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
24			комплексное	2	Упр-я разминки, кувырок вперед, в сторону.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
25			комплексное	2	Упр-я разминки, перекат в сторону с раскрытых ног.	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
26			комплексное	2	Упр-я на овладение навыков правильной походки, осанки	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
27			комплексное	2	Упр-я для правильной постановки рук и ног	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
28			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц спины	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
29			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц пресса	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
30			комплексное	2	Упр-я на укрепление мышц стопы	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.
31			комплексное	2	Упр-я на выворотность паховых мышц	ЦДТ №5 каб. 205	Выполнение нормативов.

32			контрольное	2	Закрепление пройденного материала.	ЦДТ №5 каб. 205	Контрольное занятие.
<b>4 МОДУЛЬ</b>							
1			комбинированное	2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
2			комбинированное	2	Характер музыки, строение. Понятие начала и конца музыки.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
3			комбинированное	2	Метроритм. Ритмический рисунок. Строение музыкальной речи.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
4			комбинированное	2	Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Понятие такта и затаакта	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
5			комбинированное	2	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
6			комбинированное	2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
7			комбинированное	2	«Что такое ритмика?»	ЦДТ №5 каб. 205	Тестирование
8			комбинированное	2	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
9			комбинированное	2	Понятие о рабочей и опорной ноге.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
10			комбинированное	2	Игра «Волшебный конверт»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
11			комбинированное	2	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
12			комбинированное	2	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
13			комбинированное	2	Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
14			комбинированное	2	Разучивание позиций рук и ног.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
15			комбинированное	2	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
16			комбинированное	2	Первый танцевальный элемент «Квадрат», «Крест».	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
17			комбинированное	2	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение

18			комбинированное	2	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
19			комбинированное	2	Танцевально-образная импровизация «Магазин игрушек»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
20			комбинированное	2	Учимся, играя: «Охота на тигра», «День и ночь»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
21			комбинированное	2	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
22			комбинированное	2	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
23			комбинированное	2	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
24			комбинированное	2	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
25			комбинированное	2	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
26			комбинированное	2	Приставные шаги. Синхронность.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
27			практическое занятие	2	Игровые двигательные упражнения с предметами.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
28			практическое занятие	2	Ритмические упражнения с музыкальным заданием	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
29			практическое занятие	2	Построение и перестроение. Точки зала.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
30			практическое занятие	2	Три подразделения в танце и музыке. Общее понятие.	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
31			практическое занятие	2	Танцевально-образная импровизация «Птичий базар»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
32			практическое занятие	2	Движения «Птичка», «Утюжок», «Стульчик», «Флажок»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
33			практическое занятие	2	Перестроения: «Звездочка», «Карусели»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
34			комбинированное	2	Марш. «Путешествие по маршруту»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
35			практическое занятие	2	Танцевально-образная импровизация «Природные явления»	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
36			контрольное	2	Закрепление материала	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
37			контрольное	2	Закрепление материала	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
38			контрольное	2	Закрепление материала	ЦДТ №5	Наблюдение

						каб. 205	
39			контрольное	2	Закрепление материала	ЦДТ №5 каб. 205	Наблюдение
40			контрольное	2	Контрольное занятие	ЦДТ №5 каб. 205	Контроль

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### ***Материально-техническое обеспечение Программы***

Реализация Программы требует наличия учебного кабинета - хореографического зала, оснащенного зеркалами, станком и техническими средствами обучения: компьютер (ноутбук), музыкальный центр.

Оборудование учебного кабинета: стол и стул для педагога, желательно наличие шкафа и стенда для материалов, освещающих работу детского объединения. Канцелярские принадлежности: ручки, карандаши, тетради, стикеры, ножницы, клей.

### ***Информационное обеспечение Программы***

1. Комплект программно-методического обеспечения.
2. Наглядные и демонстрационные пособия.
3. Информационные ресурсы, аудио и видеотека.

### ***Кадровое обеспечение Программы***

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Танцевальный алфавит» реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, автор Лапицкая Ирина Викторовна. Имеет высшее образование и среднее профессиональное образование по специальности «Педагог-хореограф. Руководитель самодеятельного коллектива».

### ***Обеспечение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности***

- Тщательная влажная уборка помещения.
- Проветривание.
- Соблюдение режима обучения и перерывов.
- Проведение занятий по технике безопасности.
- Соблюдение санитарно-гигиенических требований.

### ***Требования к внешнему виду детей***

Обувь должна быть мягкой для занятий классическим экзерсисом (балетки, носки). Форма одежды должна быть обтягивающей (купальники, трико, лосины), чтобы педагог мог видеть недостатки в осанке ребенка во время исполнения упражнений. Волосы должны быть гладко зачесаны, не спадать на лицо.

## 2.3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Согласно учебным планам, в программу включены следующие ***формы контроля:***

- наблюдение;
- опрос устный и письменный (предполагает вопросы учащимся по теоретической части программы);
- тестирование, тест-игра;
- контрольные занятия (проводятся в конце каждого учебного полугодия с оценкой достигнутых результатов);
- творческий отчет – участие в концертной деятельности, в процессе, которой каждый учащийся детского объединения оценивается по следующим критериям:
  - ✓ наличие необходимых данных, подготовка опорно-двигательного аппарата, уровень исполнения заявленному стилю хореографии;

- ✓ исполнительское мастерство (сложность исполнения, техника исполнения, актёрское мастерство, раскрытие художественного образа);
- ✓ сценическая практика (соблюдение стиля, техника исполнения, музыкальность, актёрское мастерство, сценическая культура, сценическая занятость по результатам участия в концертной деятельности).

**Формы отслеживания образовательных результатов и методы контроля**  
*(Приложение 1):*

- педагогическое наблюдение;
- опрос (предполагает вопросы учащимся по теоретической части программы);
- сбор и обработка статистической информации;
- изучение продуктов деятельности;
- журнал учёта работы учебной группы.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- дневник наблюдений «Индивидуальный дневник творческой активности»  
*(Приложение 2);*

- открытые занятия;
- журнал учёта работы учебной группы;
- родительские собрания.

На основании анализа данных проводится мониторинг результативности образовательного процесса.

Организации педагогического контроля и оценки результата освоения учащимися Программы сопровождается более подробно методическим комментарием в разделе «Методические материалы» (Приложение 3).

## 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностика образовательного процесса предполагает *входящий, текущий и итоговый контроль*.

*Входящий* контроль осуществляется педагог во второй половине сентября. Цель входящего контроля – изучение и фиксация начального уровня знаний, умений в хореографической деятельности, уровня подготовленности ребёнка, его физических данных.

*Текущий* контроль осуществляется педагогом в течение учебного года. Цель текущего контроля – изучение динамики освоения предметного содержания Программы, личностного развития, межличностного взаимодействия. Основным методом текущей диагностики является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для родителей.

*Итоговый* контроль проводится педагогом в конце учебного года, направлен на изучение уровня усвоения учащимися программного материала, изменений качеств личности учащихся. Итоговая диагностика при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

Критерии оценки результатов освоения программы направлены на мониторинг успешности данной образовательной программы «Танцевальный алфавит».

Результаты опросов, тестирования и педагогического наблюдения фиксируются в диагностической карте мониторинга творческого, личностного развития каждого учащегося.

Результаты физического развития каждого учащегося фиксируются в индивидуальной диагностической карте (Приложение 1).

## ДИАГНОСТИКА ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И УРОВНЯ ВОСПИТАННОСТИ

<u><b>Входящая</b></u>		
<u><b>Низкий уровень</b></u>	<u><b>Средний уровень</b></u>	<u><b>Высокий уровень</b></u>
Не владеют терминологией, плохо владеют методикой и техникой исполнения.	Имеют элементарные знания методики исполнения, не владеют терминологией.	Хорошо владеют специальной терминологией, имеют увереные знания методики и техники исполнения.
<u><b>Текущая</b></u>		
Слабо разбирается в содержании изученного материала, исполнение движений не соответствует правильной методике исполнения.	Разбираются в содержании изученного материала, исполнение движений соответствует методике исполнения.	Свободно ориентируются в содержании изученного материала, отлично терминологией, отличаются ярко-выраженной индивидуальностью.
<u><b>Итоговая</b></u>		
Слабо освоили методику и технику исполнения, не участвуют в танцевальных номерах коллектива.	Освоили содержание изученного материала программы, владеют техникой исполнения, участвуют в одно- двух танцевальных номерах коллектива.	Свободно ориентируются в содержании всех разделов программы, отлично импровизируют и сочиняют танцевальные комбинации, участвуют практически во всех танцевальных номерах коллектива.

### 2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Данная программа выполняет обучающую, развивающую, эстетическую, диагностическую, корректирующую функции.

Организация образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется очно, в разновозрастных группах. Комплексные занятия проходят по комбинированному типу, так как включает в себя повторение пройденного, объяснение нового, закрепление материала и подведение итогов.

На занятиях используются следующие *методы* реализации программы.

- частично-поисковые (игровой прием, детское сопротворчество, соревновательность и переплясность, прием пространственной ориентации, фиксация отдельных этапов хореографических комбинаций соревнование и контрастное чередование движений);
- словесные (рассказ, объяснение, инструкции, лекции, беседы, анализ и обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу урока, прием раскладки хореографического па);

• наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично;

- практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод;
- метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связи, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения;
- ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений;
- игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмы педагогического воздействия на учащихся.

Занятия по программе проводятся на основе общих педагогических принципов:

- принцип научности;
- принцип систематичности обучения предполагает такое построение образовательного процесса, в ходе которого происходит связывание ранее усвоенного с новым разучиванием материала;
- принцип доступности и последовательности предполагает последовательное усложнение заданий в постижении характера произведения, специфики фольклорного исполнения;
- принцип взаимодействия педагога с учащимся;
- принцип наглядности;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип личностно – ориентированного подхода;
- принцип позитивного восприятия и принятия личности;
- принцип взаимодействия и формирования социально-значимых качеств личности;
- принцип гендерной идентичности детей;
- принцип результативности.

**Педагогические технологии**, используемые по программе «Танцевальная азбука»:

- Технология дифференцируемого обучения способствует созданию оптимальных условий для развития интересов и способностей учащихся. Механизмом реализации являются методы индивидуального обучения.
- Технология личностно-ориентированного обучения – это организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребёнка, учёте особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощённой личности, осознающей своё достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.
- Технология проблемного обучения ставит своей целью развитие познавательной активности и творческой самостоятельности учащихся. Механизмом реализации являются поисковые методы, приема постановки познавательных задач, поставив перед учащимися задачу, которую они выполняют, используя имеющиеся у них знания и умения.
- Технология развивающего обучения, при котором главной целью является создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношении между людьми, при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и способности индивидуума. Под

развивающим обучением понимается новый, активно-деятельный способ обучения, идущий на смену объяснительно-иллюстративному способу.

- Технологии сотрудничества реализуют равенство, партнерство в отношениях педагога и ребенка. Педагог и учащиеся совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, створчества.

- Здоровьесберегающие технологии – создание комплексной стратегии улучшения здоровья учащихся, разработка системы мер по сохранению здоровья детей во время обучения и выработка знаний и навыков, которыми должен овладеть учащийся.

### **III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### ***Основная литература***

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - М-Л.: Искусство, 1983.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.; Рольф, 1999.
3. Боголюбская М. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Учебно-методическое пособие. – М., 1982.
4. Ваганова А. Основы классического танца. – Санкт – Петербург: Издательство Лань, 2000.
5. Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста 1-2 часть. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Ленинград: Искусство, 1981.
7. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе.
8. Слуцкая С.Л. Теория и методика преподавания основ хореографического искусства в детском саду. – Тольятти, 2001.
9. Смирнов И. Искусство балетмейстера: Учебное пособие для студентов культ. - просвет. факультета. Вузов культуры и искусств. – М.: Просвещение, 1986.
10. Пинаева Е.А. Детские образные танцы. – М., 2006.
11. Полонский В. Терминология классического танца. – Смоленск, 1999.
12. Попова У. Основы обучения дыханию в хореографии. – М.: издательство Искусство, 1968.
13. Пуртова Е. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студенческих учреждений среднего проф. Образования. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
14. Роберс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание.

#### ***Рекомендуемая литература для учащихся:***

1. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность.- М., Искусство, 1987.
2. Васильева Т.К. Секрет танца.
3. Карп П.М. Младшая муз. – М., 1997.
4. Пасютинская В.М. Путешествие в мир танца. – М., 2006.

#### ***Источники информации из интернета:***

1. <https://vk.com/public170399826>
2. [https://vk.com/lapitskaya\\_73](https://vk.com/lapitskaya_73)
3. [https://www.youtube.com/channel/UCY5u8C1IzFOv3Ahf0TtKojg?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCY5u8C1IzFOv3Ahf0TtKojg?view_as=subscriber)
4. <http://sovershenstvo73.ru>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

## ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА МОНИТОРИНГА ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

#### **ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

**2 учебный год**

Выворотность ног

**... и так далее по годам обучения.****ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА МОНИТОРИНГА ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

	Вводная диагностика			Промежуточная диагностика			Итоговая диагностика			Примечание
	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	Оптимальный уровень	Хороший уровень	Допустимый уровень	
<b>1 учебный год</b>										
Музыкальный слух										
Эмоциональность										
Воображение										
Креативность										
<b>2 учебный год</b>										
Музыкальный слух										

**...и так далее по годам обучения.**

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ДНЕВНИК ТВОРЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

*Индивидуальный  
дневник  
творческой активности*



**Персональные данные обучающегося**

Фамилия			
Имя			
Отчество			
Дата рождения	(число)	(месяц)	(год)
Страница в ВКонтакте			
Год зачисления в коллекти			
Рост	Вес	Размер обуви	
Обхват талии	Ширина плеч	Окружность головы	
Адрес проживания			
Телефон для связи			
Электронный адрес			
Школа			
Адрес школы			
Ф.И.О. классного руководителя			
Телефон классного руководителя			

**неделя** С  по   
(число) (месяц) (год) (число) (месяц) (год)

**Посещение занятий на этой неделе**

<b>Число</b>	<input type="checkbox"/>						
<b>Дни недели</b>	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс

<b>Дата</b> <input type="text"/>   	<b>Дата</b> <input type="text"/>   
--	--

<b>Дата</b> <input type="text"/>   	<b>Дата</b> <input type="text"/>   
--	--

**Информация для родителей**  
  


<b>Личные достижения</b> <input type="text"/> 	<b>Домашнее задание</b> <input type="text"/>
---	---

**Информация для родителей**  
  


<b>Личные достижения</b> <input type="text"/> 	<b>Домашнее задание</b> <input type="text"/>
---	---

**Итоги года**

№№	Название дисциплины (предмет обучения)	Оценка	Подпись педагога

**Правила поведения в репетиционном зале**


**Подпись обучающегося** **Подпись родителей** **Подпись руководителя**

**Концертно-фестивальная активность**  
(участие в концертах, фестивалях, съездах и пр.)

<b>№</b>	<b>Дата</b>
Место проведения	
Ранг (статус)	
Название	
Результат	

<b>№</b>	<b>Дата</b>
Место проведения	
Ранг (статус)	
Название	
Результат	

<b>№</b>	<b>Дата</b>
Место проведения	
Ранг (статус)	
Название	
Результат	

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

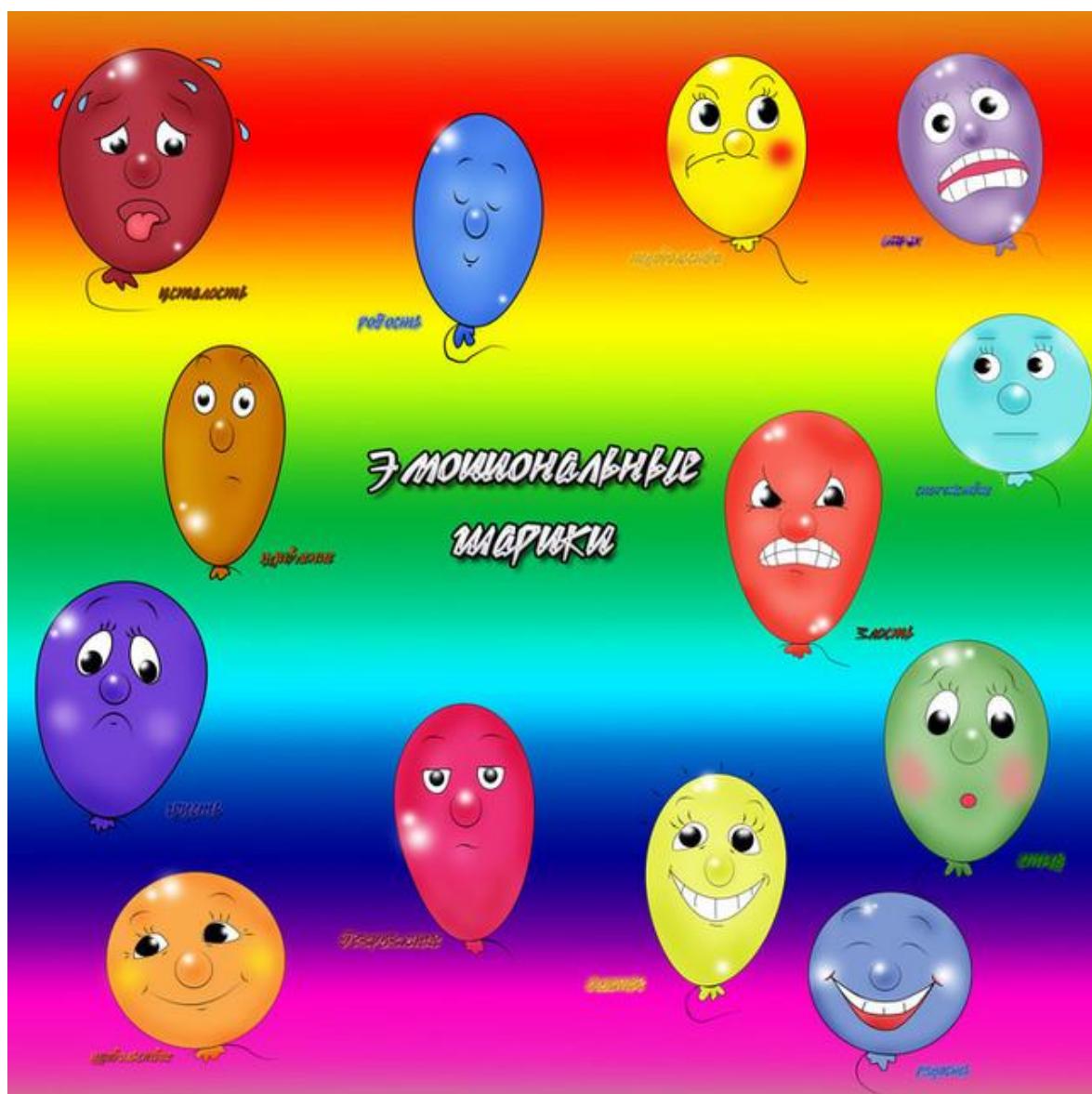
### Тест «Уровень творческого развития» (раздел «Музыкально-игровая хореография»)

Музыкальный слух.

Игра «Повторяй за мной». Попросить ребенка повторить ритмический рисунок за педагогом. Педагог молча хлопает в ладоши какой-нибудь ритм, примерно 5-7 секунд, ребенок старается воспроизвести этот ритм как можно точнее, выдерживая все паузы и длительность. Повторить так 5 раз, постепенно усложняя рисунок.

Эмоциональность.

Игра «Попробуй, повтори». Предложить ребенку рассмотреть изображение и повторить эмоциональное состояние.



Воображение.

Игра «Расскажи без слов». Предложить ребенку «рассказать» стихотворение «Идет бычок качается» без слов. Уточнить у ребенка, требуется ли время для подготовки.

Музыкальный слух.

- Прохлопать, а затем протопать определенный ритмический рисунок (*каждому обучающемуся педагог задает разный ритмический рисунок*).

- Прослушать отрывки музыкальных произведений П.И.Чайковского «Болезнь куклы» и «Новая кукла». Определить соответствие музыки и названия (используется метод голосования). Объяснить свое мнение (*индивидуальный опрос*).
  - протанцевать прослушанную музыку (*танцуют все одновременно*).
  - Упражнение «Мяч» Педагог: «Сейчас все вы превращаетесь в мячи, но только мячи сдувшиеся. Я возьму в руки воображаемый насос и буду надувать вас со звуком «Ш-ш-ш...», а вы будете расти, надуваться с нарастающим звуком «О-о-о...». Затем я постараюсь поиграть с вами, как с самыми настоящими мячами».

### Индивидуальный оценочный лист

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

	Уровень			примечание
	Оптимальный 3 балла	Хороший 2 балла	Допустимый 1 балл	
Творческое развитие				
Музыкальный слух				
Эмоциональность				
Воображение				
Креативность				

Всего баллов \_\_\_\_\_

### Критерии оценки

**Оптимальный уровень:** более 12 баллов

**Хороший уровень:** 11-8 баллов

**Допустимый уровень:** до 8 баллов

**Оптимальный уровень:**

- точно исполняет ритмический рисунок.
- легко определяет соответствие музыки и ее названия. В объяснении использует слова: радостная, стремительная, полетная или печальная, грустная, нежная. С желанием принимает предложение протанцевать музыку, передает ее тему в движениях.
- легко фантазирует, импровизирует. Эмоционален и артистичен, оригинален при выполнении упражнения «мяч»;
- в заданиях освоения программы – 0 ошибок.

**Хороший уровень:**

- легко определяет соответствие музыки и ее характера звучания. В объяснении необходима подсказка. Соглашается протанцевать музыку, но не очень уверенно.

Передает музыку и ее тему в движениях, но движения однообразны;

- выполняет упражнение «Мяч» следуя указаниям педагога;
- в заданиях по освоению программы допущена 1-2 ошибки.

**Допустимый уровень:**

- допускает ошибки в ритмическом рисунке;

- определяет соответствие музыки и ее названия с помощью подсказок. В объяснении так же пользуется подсказками;
- малоэмоционален, стеснителен, не проявляет фантазии;
- в заданиях более 2 ошибок.

### **Игра «Волшебный конверт»**

**(раздел «Ритмика»)**

**1 год обучения.**

В ярком конверте лежат несколько маленьких свёрнутых листочеков бумаги с заданиями. Обучающиеся по очереди вытягивают из конверта задание и сразу же его выполняют. Если у кого-то из обучающихся есть дополнения к ответу другого ребенка, то его обязательно выслушивают. Одно и то же задание может быть написано 2-3 раза. Игра продолжается до тех пор, пока конверт не останется пустым.

**Задания в конверте:**

1. Начни движение по залу после вступления.
2. Определи темп музыкального произведения. Двигайся в заданном темпе.
3. Бабочка. Заяц. Медведь. Под звучащий аккомпанемент определи, кто может двигаться под данную музыку из вышеперечисленных животных и изобрази его в танце.
4. Проанализируй музыкальное произведение (характер, темп, форте или пиано, аллегро или адажио).
5. Определи музыкальный жанр.
6. Изобрази под музыку заданный образ:
  - Кукла;
  - Осенний лист в безветренную погоду;
  - Осенний лист при сильном ветре;
  - Мяч;
  - Лису.
7. Изобрази под музыкальное сопровождение снежинку в безветренную погоду.
8. Повтори ритмический рисунок за педагогом.
9. Определи динамический оттенок музыки.
10. Изобрази под музыкальное сопровождение катание на коньках.
11. Изобрази под музыкальное сопровождение снежинку при легком ветре.
12. Передай настроение музыки в движении.
13. Выполни комбинацию танцевальных шагов в соответствии с темпом, т.е. постепенное ускорение и замедление.

### **Критерии оценки**

**Оптимальный:**

- дает полные и верные ответы;
- часто дополняет ответы других обучающихся;
- принимает активное участие в обсуждении;
- показывая образ, выбирает интересные, не повторяющиеся движения, которые соответствуют музыкальному сопровождению;

**Хороший:**

- дает верные, но не полные ответы;
- иногда дополняет ответы других обучающихся;
- участвует в обсуждении только если спросят;
- показывая образ, действует музыкально верно, но стандартно.

**Допустимый:**

- дает неуверенные, не полные ответы;
- не дополняет ответы других обучающихся;
- не участвует в обсуждении;

- показывая образ, ограничивается простой имитацией.

### **«Путешествие по маршруту»**

**Оборудование:** карта маршрута путешествия, карточки с изображением рисунка, в который нужно построиться, музыкальный центр, диски с музыкальным сопровождением

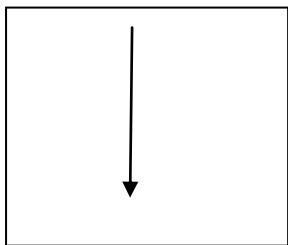
#### **Xод:**

Педагог предлагает детям отправиться в путешествие по маршруту (*маршрут изображен на условной карте*).

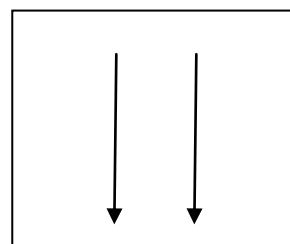
Педагог показывает карточки с изображением рисунка (*в соответствии с маршрутом следования*), в который нужно перестроиться определенным видом шагов или бега. Включает музыку, обучающиеся выполняют задание. Как только задание выполнено, педагог показывает карточку- переход в другой рисунок и т.д.

#### **Карточки**

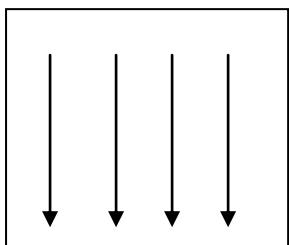
1. колонна



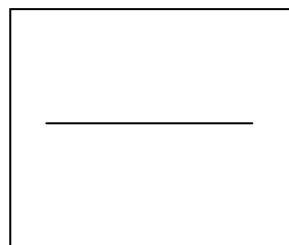
2. 2 колонны



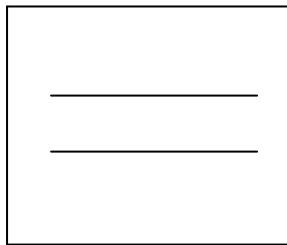
3. 4 колонны



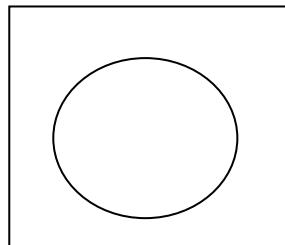
4. линия



5. 2 линии



6. круг



### **Критерии оценки**

*Оптимальный уровень:*

- легко ориентируется в пространстве;
- быстро находит пути перестроения;
- не путается;
- соблюдает правила и технику выполнения шагов и бега;
- соблюдает интервал.

*Хороший уровень:*

- ориентируется в пространстве;
- быстро подстраивается к другим детям;
- допускается 1-2 ошибки при исполнении видов шагов и бега, при напоминании – исправляет;
- соблюдает интервал при напоминании педагога.

*Допустимый уровень:*

- слабо ориентируется в пространстве;
- допускает более 3 ошибок;
- слабо тянет стопы, не соблюдает выворотность;
- не соблюдает интервал.