

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Л.М. Шишкова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
художественной направленности  
«ХОРЕОГРАФИЯ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ»**

Возраст учащихся: 4 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: стартовый

РАССМОТРЕНА

на заседании методического совета  
протокол № 1 от 28.08.2023

ПРИНЯТА

на педагогическом совете  
протокол № 1 от 31.08.2023

Разработчик программы:  
педагог дополнительного  
образования  
ЛАПИЦКАЯ И.В.

# І.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

## 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. По мнению исследователей именно этот возраст является значимым этапом становления способностей человека – двигательных, творческих, познавательных. Двигательные способности помогают развить силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Познавательные способности развивают память, внимание, восприятие, мышление.

На занятиях по хореографии происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. В танце ребёнок проявляет свои способности, свою творческую активность, развивается его фантазия, творческие способности: ребёнок учится сам создавать пластические образы. Занятия танцем хорошо снимают напряжение, активируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают трудовой и жизненный тонус ребёнка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования детей «Хореография для начинающих» включает в себя материал подготовительного курса обучения и является первой ступенькой на лестнице хореографического обучения от яслей до подготовительной к школе группе.

Данная программа опирается на методические разработки и образовательные программы других педагогов хореографического искусства: учебное пособие А.И.Буренина «Топ-хлоп, малыши» Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. С-П 2001г., Е.Черемнова «Танцетерапия» Танцевально-оздоровительные методики Ростов 2008г.

Программа «Хореография для начинающих» является модифицированной по степени авторства, в ней разработан комплекс основных характеристик в соответствии с жизненным и практическим опытом, позицией и собственным видением предмета; определен комплекс организационно - педагогических условий с учетом результатов обучения, воспитания и развития детей и предполагает **комплексное обучение** хореографией детей через игру, позволяющее наиболее полно раскрыть творческие способности каждой личности.

Данная программа соответствует **стартовому уровню** подготовки детей, по освоению которой каждый обучающийся по окончании обучения получает базовые знания и умения данной направленности, предполагает возможность раннего знакомства детей с танцем и их первого активного приобщения к этому виду художественной деятельности, обучение детей языку танцевальных движений с целью формирования у них творчества в танце. В дальнейшем, на последующих годах обучения, служит переводом на обучение по программам базового уровня.

**Художественно-эстетическая направленность** программы «Хореография для начинающих» помогает в развитии всестороннего обучения ребенка на основе гармоничного сочетания танцевального, физического и интеллектуального развития. Структурирование программы осуществлено, прежде всего, на основе традиционных подходов, в виде представления единственного вида деятельности на данном этапе – игры. Материал изложен в соответствии с традиционными программными компонентами: характеристика возрастных особенностей, задачи обучения ребенка определенным видам танцевальной деятельности, содержание (репертуар), показатели овладения материалом.

**Актуальность** методической разработки связана с использованием нетрадиционных разнообразных средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей, позволяющие насытить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, которая является мощным фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка. Ведущей

идеей программы является то, что основной подачей обучающего материала является игра.

**Новизна программы** выражена в том, чтобы с помощью введения игры на занятиях обучение по данной программе сделать максимально продуктивной. Тематика обучения педагогом разработана самостоятельно, с учетом возрастных особенностей детей

**Педагогическая целесообразность** обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. В программе шире используются словесные методы обучения, нехарактерные для данного направления: беседа, объяснения, рассказ, анализ.

Программа «Хореография для начинающих» носит ознакомительный характер с азами хореографии и в **отличие** от типовых, данная программа направлена не столько на разучивание танцевальных движений в чистом виде, а в сочетании единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения и игры. В основе программы лежит обучение музыкально - ритмическим движениям, простыми, но вместе с тем разнообразными движениями (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика, ритмика и партерная гимнастика).

#### **Возраст детей и сроки реализации.**

Возраст детей, обучающихся по данной программе - от 4 до 7 лет.

Программа предполагает **очную**, групповую форму обучения.

1 год – по 1 часу 2 раза в неделю – 64 часа

Учебный курс рассчитан на 1 год обучения. Учебный год длится с сентября по апрель месяц включительно.

Общий объем курса составляет 64 учебных часа.

**Программа** состоит из двух модулей. Модуль 1 –32 часа; Модуль 2 – 40 часов.

Режим и наполняемость учебных групп

Год обучения, модуль	Возраст учащихся	Количество уч-ся в группе	Количество часов в неделю	Количество часов в модуле	Количество часов в год
1 год обучения М 1	4 - 7 лет	10-15	2р по 1ч = 2ч	32	64
1 год обучения М 2	4 - 7 лет	10-15	2р по 1ч = 2ч	32	
Всего 64часа					

**Форма обучения очная** с постоянным составом учащихся.

Состав детей в группе: оптимально 10 человек, максимально 15 человек. Группы учащихся одного возраста или разновозрастные группы формируются с учетом индивидуальных особенностей детей. В группу дети принимаются на основе отбора, учитывая результат просмотра и собеседования и на основании письменного заявления родителей (законных представителей) на имя директора ЦДТ №5, медицинского заключения от врача. При зачислении от учащегося требуется фотография размером 3х4, копия свидетельства о рождении, родители оформляют согласие на обработку персональных данных ребенка на период обучения.

Общие требования и порядок приема учащихся в ЦДТ № 5 регулируется в соответствии с Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 №273-ФЗ и Уставом Центра творчества.

При хороших физических данных, с определенной базой знаний и специальной подготовкой, дети могут быть зачислены сразу на более высокий год обучения.

Программа «Хореография для начинающих» включает в себя описание тематических разделов для групповой работы:

1. Раздел – Азбука музыкального движения;
2. Раздел – Танцевально-образные движения;
3. Раздел – Игротанцы;
4. Раздел – Партерная гимнастика;
5. Раздел – Ритмическая гимнастика;
6. Раздел – Музыкально-подвижные игры.

Азбука музыкального движения:

Включает в себя выполнение простейших танцевальных ходов в соответствии с музыкальным ритмом. Используется с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений.

Танцевально-образные движения:

Отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий, явлений природы и неодушевленных предметов. Танцевальные шаги в образах животных и птиц. Изображение неодушевленных предметов и явлений. Через танцевальные элементы предложить детям изобразить, как помогают дома.

Игротанцы: рздел направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость детям.

Партерная гимнастика:

Основывается на методике развития мышечной силы и гибкости. Здесь используется элементы и упражнения детской йоги, выполняемые в игровой форме.

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.

Музыкально-подвижные игры:

Содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках и являются ведущим видом деятельности детей раннего возраста. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой деятельности.

## 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы** – содействовать развитию эмоциональности у детей раннего возраста через танцевально-игровую деятельность.

**Задачи** – это образовательные (предметные), метапредметные и личностные:

- Обучить выполнять элементарные танцевальные движения;
- Обучить выполнять упражнения с атрибутами;
- Обучить добиваться связывания танцевальных движений с ритмом музыки;

- Обучить согласовывать движения с текстом и музыкой;
- Развить двигательные качества и умения;
- Обучить менять движения в связи с изменениями динамики звучания музыки;
- Развить умение ориентироваться в пространстве;
- Избавить от стеснительности, зажатости, комплексов;
- Обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка;
- Развить воображение и фантазию детей в танце;
- Обучить эмоциональному исполнению игр и желание участвовать в них;
- Развить первоначальные творческие проявления в музыкальных играх;
- Обучить мимикой и жестом выражать различные эмоциональные состояния;
- Сформировать у детей художественно-эстетический вкус;
- Воспитать дисциплинированность, чувство долга, коллективизма, организованности.

### **Ожидаемые результаты. Модель выпускника**

В соответствии с поставленными целями и задачами программы ансамбля танца «Экспромт» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты:

Обучающийся будет знать:

- правила поведения в хореографическом классе, на сцене и в других помещениях Центра;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- названия изученных элементов;
- методическое исполнение движений.

Воспитанник будет уметь:

- владеть корпусом во время исполнения движений;
- импровизировать во время музыкальных игр и различать характер музыки.
- ориентироваться в пространстве и координировать свои движения;

Каждый ребёнок, прошедший обучение по программе «Хореография для начинающих» сможет продолжить обучение по программе базового уровня «Танцевальный алфавит» При отличном освоении программы «Хореография для начинающих» выпускник может быть зачислен сразу на более высокий год обучения.

## **1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫЙ ПЛАН.**

№ занятий	Название раздела, темы занятий	Количество часов				Формы контроля
		всего	теория	практика	контр	
<b>МОДУЛЬ 1</b>						
	<b>Азбука музыкального движения</b>					
1	Инструктаж по ТБ. Игры на знакомство.	1	1			собеседование
2	Позиции рук и ног. Хлопки	1	0,5	0,5		наблюдение
	<b>Танцевально-образные движения</b>					

3-6	Звереритмика	4	2	2		наблюдение
	<b>Игротанцы</b>					
7-9	«Зеваки». Слушай хлопки	3	1	2		наблюдение
10	Давайте поздороваемся	1	0,5	0,5		наблюдение
11	Упражнения с ладошками	1	0,5	0,5		наблюдение
	<b>Хореографические упражнения</b>					
12-13	Зарядка. Побегали, потопали. «Мы едем».	2	1	1		наблюдение
14	«Ходим-бегаем»	1	0,5	0,5		наблюдение
15	«Резвые ножки»	1	0,5	0,5		наблюдение
16	«Погремушка»	1	0,5	0,5		наблюдение
17	«Чук-чук-чук»	1	0,5	0,5		наблюдение
	<b>Пляски</b>					
18-19	Приседай, Кузнечик	2	1	1		наблюдение
20	Пляска с платочками	1	0,5	0,5		наблюдение
21	Вот какая елочка	1	0,5	0,5		наблюдение
22	Пляска с куклам	1	0,5	0,5		наблюдение
23	Пляска с цветами	1	0,5	0,5		наблюдение
24	Пляска с погремушками	1	0,5	0,5		наблюдение
25	Хоровод «Веселей, детвора»	1	0,5	0,5		наблюдение
26	Маленькая полечка	1	0,5	0,5		наблюдение
27	Веселая пляска	1	0,5	0,5		наблюдение
28	Танец утят	1	0,5	0,5		наблюдение
	<b>Музыкально-творческие задания</b>					
29-30	Создай образ, Я танцую	2	1	1		наблюдение
31-32	Художественная галерея, Магазин игрушек	2	1	1		наблюдение
<b>МОДУЛЬ 2</b>						
	<b>Партерная гимнастика</b>					
33-36	Специальный комплекс упражнений	4	2	2		наблюдение
37-40	Релаксационные упражнения	4	2	2		наблюдение

	<b>Ритмическая гимнастика</b>					
41	Лабиринт	1	0,5	0,5		наблюдение, собеседование
	<b>Танцевальные этюды</b>					
42	Гуси – гуси	1	0,5	0,5		наблюдение
43	Колобок	1	0,5	0,5		наблюдение
44	Скакалка	1	0,5	0,5		наблюдение
45	Цветы и бабочки	1	0,5	0,5		наблюдение
46	Веселая зарядка	1	0,5	0,5		наблюдение
47	Нос к носу	1	0,5	0,5		наблюдение
48	Музыкальные капканчики	1	0,5	0,5		наблюдение
49	Воробьи и журавли	1	0,5	0,5		наблюдение
50	Деревянные и тряпичные куклы	1	0,5	0,5		наблюдение
51	Жуки и пчелы	1	0,5	0,5		наблюдение
52	Повторение материала	1	0,5	0,5		выполнение нормативов
	<b>Музыкально-подвижные игры</b>					
53	Жуки и пчелы.	1	0,5	0,5		наблюдение
54	Сугробы. Тихие воротца.	1	0,5	0,5		наблюдение
55	Слушай команду. Поменяйся	1	0,5	0,5		наблюдение
56	Передай платочек Воробушки и автомобиль	1	0,5	0,5		наблюдение
57	Рыбки. Плетень.	1	0,5	0,5		наблюдение
58	Цапля и лягушки	1	0,5	0,5		наблюдение
59	Громче-тише. Встреча.	1	0,5	0,5		наблюдение
60	Цветочки на полянке.	1	0,5	0,5		наблюдение
61-64	Повторение и закрепление материала	4		4		выполнение нормативов
	<b>Итого:</b>	64	30	34		

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Цель** – знакомство с миром танца через игру.

**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;
- ✓ знать технику безопасности и правила поведения;
- ✓ уметь ориентироваться в пространстве;
- ✓ уметь подражать характерным движениям животных;
- ✓ уметь передавать эмоциональное состояние игровых персонажей;
- ✓ эмоционально реагировать на различные игровые ситуации.

### Раздел № 1 «Азбука музыкального движения»

**Позиции ног** могут быть выворотными и не выворотными: в первом случае носки развернуты под углом 45°, во втором – ноги параллельны и сближены.

Первая позиция ног: пятки соединены, носки разведены в стороны под углом около 45°. Тяжесть корпуса равномерно распределяется на обе ступни.

Вторая позиция: ступни находятся на одной линии, расстояние между пятками равно приблизительно длине ступни танцующего; носки разведены в стороны. Тяжесть корпуса равномерно распределяется на обе ступни или полностью переносится на одну ногу, которая становится опорной; другая же нога касается пола только носком или пяткой. Вторая позиция может быть и не выворотной, т.е. носки ног параллельны.

Третья позиция: пятка правой ноги приставлена к середине стопы левой ноги, носки разведены в стороны. Тяжесть корпуса равномерно распределена на обе ступни. В третьей позиции впереди может быть и левая нога.

Шестая позиция: ноги плотно соединены; ступни находятся на одной линии; носки направлены вперед. Тяжесть корпуса распределяется на обе ступни.

Ногами можно выполнять следующие движения:

Выставление на носок в трех направлениях (вперед, в сторону, назад и еще раз в сторону);

Поднимание ноги в трех направлениях;

Махи ногами;

Удары носком об пол;

Круговые движения ногой по полу и всевозможные сочетания этих движений;

Полуприседы и приседы;

Подъемы носки;

**Позиции рук.**

Подготовительная позиция: руки опущены вдоль корпуса; локти слегка округлены; кисти немного отведены от корпуса; пальцы естественно сближены и чуть округлены.

Первая позиция: руки подняты так, чтобы кисти оказались ниже уровня диафрагмы; локти слегка округлены и приподняты.

Вторая позиция: руки разведены в стороны так, чтобы кисти были чуть округлены и приподняты.

Третья позиция: руки подняты так, чтобы кисти оказались над головой, чуть впереди; локти слегка округлены.

Руки можно переводить из одной позиции в другую, стоя на месте или шагая.

- Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие.
- Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.
- Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).
- Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.
- «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.
- «Мячик» - прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2 \4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.
- Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.
- Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница » - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.
- Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться поклоны могут как по VI позиции, так и по II позиции.
- «Топотушки» - притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении.
- Поднимание на полупальцы по VI позиции.

#### **Хлопки.**

«Ладушки» — хлопки ладонями впереди или сзади (за спиной) выполняются свободными, не напряженными, согнутыми в локтях руками, двигающимися навстречу друг другу.

«Блинчики» — на «раз» — удар правой ладонью по левой, на «два» — наоборот (кисти расслаблены, стокатто), с поворотом кисти.

Хлопки могут быть громкими или тихими, в зависимости от динамики музыкального образа.

«Тарелочки» — «отряхни ладошки» или — ладони обеих рук имитируют скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука — снизу вверх.

«Бубен» — левая ладонь опорная (как бы крышка бубна), пальцы правой руки ударяют по ней. Опорную руку менять. Удар сильный.

«Колокола» — активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук. Для этого движения необходима полная свобода верхнего плечевого пояса.

«Колокольчики» — мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Удары легкие, негромкие. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону - вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого ушка или около левого.

«Ловим комариков» — легкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, вверху и внизу согнутыми в локтях руками.

Хлопки в парах.

«Стенка» — ладони согнутых в локтях (впереди) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми.

«Большой бубен» — поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями.

«Крестики» — техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).

## **Раздел № 2 Танцевально-образные движения**

**«Звереритмика»** - 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).

- Этуд, 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 кулачками трем животик круговыми движениями). Наша песня хороша (разводим руки в стороны через I позицию) начинай сначала! (топнуть правой ногой и руки закрыть на пояс).

### **Раздел № 3 Игротанцы**

В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений.

Хореографические упражнения: «Хлопки», «покачивания», «кружения», свободные, плавные движения руками, полуприседания, полное приседание, притопы, «фонарики» галоп, держимся в паре («лодочки»), ходьба вперед и, пятясь, назад, бег, прыжки на месте.

Танцевальные шаги: марш, шаги на полупальцах, шаги на пятках выставление ноги на носок и на пятку.

Танцы с атрибутами: танец с султанчиками, танец с зонтиками, танец с погремушками, танец с цветочками, танец сидя, танец утят, пляска с куклами, пляска с платочками.

#### **«Зеваки».**

Несколько детей, держась за руки, идут по кругу. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают четыре раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры. Игру следует проводить под музыку или под хоровую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное, оговоренное заранее слово песни.

#### **«Слушай хлопки».**

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую – либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

#### **«Давайте поздороваемся».**

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

- 1 хлопок – здороваемся за руку;
- 2 хлопка – здороваемся плечиками;
- 3 хлопка – здороваемся спинками.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Одно упражнение делается до тех пор, пока большинство детей не будет выполнять его правильно. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой. Упражнение сменяется другим, как только большинство детей справится с первым заданием. Все движения выполняются в зеркальном отображении. Если педагог делает движение правой рукой, то дети выполняют его левой, и наоборот.

4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

- 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
- 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).
- 1 раз по коленям, 3 раза в ладоши.
- 4 раза в ладоши.
- 3 раза в ладоши, 1 раз по коленям.
- 2 раза в ладоши, 2 раза по коленям.
- 1 раз в ладоши, 1 раз по коленям (с повторением).
- 1 раз в ладоши, 3 раза по коленям.
- Поочередно правой и левой рукой по коленям.
- 2 раза по одному колену, 2 раза по другому.
- 3 раза по одному колену, 1 раз по другому.

С 11-го упражнения поменять руки: если начинали правой, то начать левой. Акцент (более четкий удар на сильную долю) должен перейти на другую руку.

Выполнять на одном занятии можно не более четырех комбинаций, чтобы дети не устали.

Делать упражнения следует в сдержанном темпе. Обязательно нужно похвалить всех детей. Чтобы снять напряжение и доставить детям несколько веселых минут, можно пошутить с ними: на последнюю четверть сделать «рожки», «носик», «ушки», «крылышки» и т.д.

Эти упражнения развивают детское произвольное внимание (ребенок сознательно наблюдает за действиями педагога, контролирует свои действия), координацию движений, моторику рук, двигательную память.

### **Хореографические упражнения**

#### **«Зарядка»**

Упражнение развивает координацию движений. Дети идут, высоко поднимая ноги, следуя за вами, затем бегут на цыпочках «как птички»; идут, хлопая себя по бокам, «как петушки»; прыгают небольшими прыжками как воробушки, прыгают приставными шагами как лошадки; машут руками как мельницы.

#### **«Побегали, потопали»**

Упражнение развивает умение ритмично двигаться под музыку.

Под танцевальную музыку дети бегают, под маршевую- топают.

#### **«Мы едем»**

Упражнение развивает координацию движений.

Под стихотворение «Мы едем, едем, едем» дети сначала приседают, а потом маршируют.

#### **«Ходим-бегаем»**

Упражнение развивает навыки основных видов движения, способствует повышению эмоционального тонуса

#### **«Резвые ножки»**

Упражнение способствует развитию умения легко, ритмично прыгать на одной и двух ногах

#### **«Погремушка»**

Развивает координацию движений, танцевальную память

#### **«Чук-чук-чук»**

Развивает чувство коллективизма, координацию движений.

### **Пляски:**

#### **«Приседай»**

Пляска развивает чувство ритма, координацию, умение менять движение соответственно частей музыки.

#### **«Пляска с платочками»**

Пляска развивает мелкую моторику, расширяет двигательный опыт детей.

**Хоровод «Вот какая елочка»**

Пляска развивает моторику рук.

**Пляска с куклами**

Пляска способствует развитию точности, ловкости, выразительности движений.

**Пляска с цветами**

Развивает динамический слух, чувство ритма, координацию движений **Пляска с погремушками**

Развивает ловкость, точность, координацию движений, чувство ритма.

**Хоровод «Веселей, детвора»**

Развивает творческое воображение.

**«Ай-да»**

Развивает чувство ритма, умение менять темп движения в соответствии с музыкой

**«Маленькая полечка»**

Расширяет двигательный опыт детей, знакомит с элементарными плясовыми движениями.

**«Веселая пляска»**

Развивает чувство ритма, координацию движений.

**«Танец утят»**

## **Раздел № 4 Партерная гимнастика**

### **Музыкально-творческие задания**

**«Море волнуется раз».**

Под плавную музыку дети двигаются, подражая морским обитателям, в это время педагог произносит текст. На слова “Морская фигура на месте замри” - дети останавливаются и замирают в образе какого-либо морского существа. Тот ребенок, чья поза больше понравилась педагогу, исполняет движения изображаемого существа и становится ведущим. Игра повторяется 3-4 раза.

**«Создай образ».**

При проведении игры педагог может предложить одно или несколько заданий:

Пройти по камешкам через ручей в качестве любого персонажа (сказки, рассказа, мультфильма) по их выбору;

В качестве любого персонажа подкрадываться к спящему зверю (зайцу, медведю, волку);

Ловить бабочку или муху, перевоплотившись в различные персонажи;

Изобразить прогулку семейства трех медведей, но так, чтобы все три медведя вели себя и действовали по-разному.

Взрослый должен следить за тем, чтобы дети сами подмечали различия в исполнении ролей своими друзьями и стремились находить оригинальные движения, мимику.

**«Я танцую».**

Импровизация движений под песню. Дети самостоятельно танцуют под любую песню.

**«Художественная галерея».**

Дети составляют фрагменты- сцены из мультфильмов и сказок («Колобок», «Репка», «Снегурочка», «Кот в сапогах», «Кот Леопольд» и др.). Выбранный водящий должен угадать, из какой сказки или мультфильма сказочные персонажи, представленные в застывших фигурках.

**«Магазин игрушек».**

Дети идут по кругу со словами:

Дин-дин-дин, дин-дин-дин,

Открываем магазин!  
Заходите, заходите,  
Выбирайте, что хотите.

Продавец спрашивает покупателя, что он хочет купить. Покупатель отвечает куклу. Продавец говорит: « Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!» В это время все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всех понравилась. Кого выбрали, тот становится покупателем, а прежний покупатель встает в круг.

**«Ай, да я!».**

Построение в круг. Водящий в центре круга демонстрирует танцевальные движения под музыку. Все дети хлопают. С окончанием музыки водящий говорит: «Ай, да я!» и, указывая на любого, спрашивает: «А ты?» Следующим водящим может стать тот, на кого указал предыдущий водящий, или любой ребенок по желанию.

### **Специальный комплекс упражнений**

#### **«Тянем спинки»**

Дети лежат на спине, а педагог, обхватив руками щиколотки ребенка плавно приподнимает его за ноги, отрывая поясницу от пола, растягивая при этом мышцы спины. И также плавно опускает его на пол.

#### **«Лодочка»**

#### **«Гребля»**

Ребенок сидит на полу широко расставив ноги, то наклоняясь к полу, то распрямляя спинку, имитируя греблю.

#### **«Летающие карпузы»**

Взять ребенка на правую ладонь под грудь, а левую - между ног, раскачивая малыша то вверх, то вниз. Упражнение можно выполнять одному или двум педагогам, чтобы малыши «взлетали» на встречу друг другу.

#### **«Массируем животик»**

Малыши лежат на полу на спине, подтянув к себе согнутые в коленях ноги, поворачивая поясницу то вправо, то влево.

#### **«Змея»**

Дети лежат на полу на животе лицом вниз, ладони держат на полу около лица, медленно поднимают верхнюю часть тела от пола выпрямляя локти.

#### **«Кошка»**

Дети стоят на четвереньках на полу, то выгибая спинку вверх, то прогибая ее в пояснице.

#### **«Собака»**

Ребенок стоит на четвереньках, затем медленно, прогибаясь в пояснице, выпрямляет ноги, дотрагиваясь животиком до пола, оставляя верхнюю часть тела выпрямленной. Затем вернувшись в исходное положение, опускается на ноги и касается лбом пола, вытягивая руки вперед, затем возвращается в исходное положение.

#### **«Лягушка»**

Из положения стоя, детки присаживаются вниз, сгибая ноги в коленях, опуская ладони на пол, руки в локтях выпрямляют.

### **Релаксационные упражнения**

#### **«Снеговик»**

Дети лежат на полу, расслабив все мышцы. На фоне тихой спокойной музыки, педагог предлагает детям представить, что они снеговики, которые начинают таять от весеннего теплого солнышка.

#### **«Бабочка»**

Детки лежат на полу на спине, вытянув ноги вместе, а руки вдоль тела, затем разведя ноги и руки в сторону, лежат расслабившись, представляют себя бабочками на летнем лугу.

#### «Лифт»

Детки лежат на полу, на спине, вытянув ноги вместе, а руки вдоль тела. Поднимая поочередно руки и ноги, изображают движение лифта вверх и вниз.

#### «Спим»

Детки лежат на полу в свободной раскрепощенной позе, а педагог под тихую спокойную музыку, предлагает им расслабиться и представить, что они спят

### Раздел № 5 Ритмическая гимнастика

С первых занятий дети должны приобрести необходимые музыкально-двигательные навыки, привыкнуть внимательно слушать музыку во время движения; начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Уметь сочетать движения с музыкой. Знать и различать темп и характер музыки. Включает изучение детских массовых танцев, танцевальных этюдов в игровой форме и движений к ним. Детские массовые танцы дают возможность детям приобрести навыки общения с партнером. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты. Исполнение хлопками, притопами ритмических рисунков некоторых музыкальных произведений, включенных в программу первого года обучения. Владение простейшими навыками координации движений. Развитие выворотности, правильной осанки, гибкости, музыкальности.

В начале и конце занятия обязательно как приветствие и прощание исполняется поклон. Первоначально он имеет простую форму: И.п. I позиция ног, руки находятся на поясе. На «раз и» делается полу приседание, на «два и» - вырастание.

В дальнейшем проучивается поклон с переходом с ноги на ногу: И.п. тоже. На «раз и»- *battement tendu* в сторону правой ногой, на «два и»- переход по II позиции на правую ногу через *demi plie*. На «три и»- левую ногу подтянуть по полу в I позицию, на «четыре и»- *demi plie* по I позиции.

Практическая часть:

Рассмотрим план занятия на примере танцевально-игрового занятия «Лабиринт»

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).

### **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, любят 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 выполняется четыре раза на каждый такт 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 выполняется четыре раза, на каждый такт 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 выполняется 4 раза. Направления движения рук постоянно меняются.

5-8 такты: Четыре раза, на каждый такт 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 оббегают 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 выполняется 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 такт музыкального сопровождения дети опускают мяч - «колобок» вниз, затем снова поднимают наверх. Корпус вместе с руками резко наклоняется вперед и выпрямляется. Движение выполняется 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 выполняются 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 в рассыпную. 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 крылышки).

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

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.

**«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 берет за руки и поднимает их вверх, образуя ворота. Звучит веселая музыка, все остальные играющие берут 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 **«Воробьи и журавушки»**

Под быструю музыку дети весело прыгают, словно воробьи. 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.)

Учащиеся будут знать:

1. Правила техники безопасности;
2. Точки зала;

3. Понятие об интервале.

Учащиеся будут уметь:

1. Выполнять ритмические упражнения с заданием;
2. Исполнять разученные движения, танцевальные этюды.

## **Раздел № 6 Музыкально-подвижные игры**

### **«Жуки и пчелы».**

Играющие делятся на две команды: мальчики – «жуки», девочки – «пчелы». По команде «Жуки!» мальчики бегают по залу со звуком «ж-ж-ж», по команде «Пчелы!» девочки бегают со звуком «з-з-з».

Правила: звуки произносить четко и звонко, внимательно слушать команды. Когда жуки летают, пчелы стоят молча, и наоборот.

### **«Цветочки на полянке».**

Дети выбирают себе названия цветов и садятся по всему залу. По жребии выбранный цветок и начинает догонять. Когда убегающему цветку грозит опасность быть пойманным, он называет имя какого-нибудь другого цветка, а сам садится на пол. Убегает названный цветок.

Правила: пойманный цветок меняет свое название. Нельзя повторяться или называть имя уже имеющегося цветка.

Вариант: называться можно не только цветами, но и зверями, рыбами, птицами.

### **«Сугробы».**

Дети разбегаются по залу под музыку, по сигналу собираются группами вокруг 3-4 обручей и берутся за руки или поднимают их вверх, образуя сугробы».

### **«Слушай команду».**

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же её выполняют. Затем снова звучит музыка. И все продолжают идти. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание. Игра поможет педагогу сменить действия расшалившихся ребят, а детям – успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

### **«Поменяйся»**

(на различение регистра)

Описание игры:

Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Один ребенок стоит в середине круга. Это – водящий. Под музыку первой части (А) дети поскаками с ноги на ногу продвигаются по кругу, не расцепляя круг. Водящий, стоя на месте, хлопает в ладоши в такт музыке.

Под музыку второй части (Б) дети останавливаются и, стоя на месте, хлопают в ладоши, а водящий поскаками движется по кругу.

Под музыку третьей части (В) все дети, стоящие в круге, опускают руки, а водящий останавливается.

Водящий и ребенок, который стоит напротив него, соединяют ладони правых рук, обходят один вокруг другого два раза простыми шагами, на последнем такте музыки они меняются местами: водящий встает в общий круг, а на его место выходит ребенок, с которым он кружился. Игра повторяется без остановки музыки.

### **«Передай платочек».**

Дети выстраиваются по кругу лицом к центру на расстоянии одной вытянутой руки. Музыка очень плавная, мягкая, лиричная.

У одного из детей находится платочек в правой руке.

1 такт ребёнок передаёт платочек через первую позицию рук. Рядом стоящий принимает его в конце такта и т.д., остальные дети отхлопывают такт. В конце музыкальной фразы, тот ребёнок, у которого оказывается платочек, выходит в центр круга и на вторую часть быстрой музыки импровизирует, а все остальные дружно хлопают.

Развивает: музыкальный слух, аккуратность, вежливость, умение действовать в характере музыки, активно принимать самостоятельное решение в движении.

#### **«Воробушки и автомобиль».**

На полу раскладываются обручи по количеству детей. Под музыку воробушки летают по всей полянке, клюют зернышки, чистят перышки и т.д. Когда музыка заканчивается, выезжает автомобиль или два (дети на фитболах) птички прячутся в обручи (“гнездышки”). При повторении игры педагог убирает один или два обруча: птички, которым не хватило домиков, выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2-3 играющих.

#### **«Рыбки».**

На полу из веревки выкладывается “домик”. Для музыкального сопровождения подбирается плавная, неторопливая музыка с двумя ярко выраженными частями. На первую часть музыки дети-“рыбки” двигаются по залу, на вторую часть – “заплывают в домик”. При повторении игры - “домик” становится меньше.

#### **«Плетень».**

Дети встают в две линии напротив друг друга, образовав при этом плетень. Одна из шеренг начинает первой, другая стоит на месте. Дети начинают движения, заданные педагогом (простой шаг, шаг на полупальцах и т.д.). Затем делает вторая шеренга, первая стоит на месте. На новую музыкальную фразу дети разбегаются по всей площадке (музыкальное сопровождение полька). На хлопок педагога все дети должны выстроиться в шеренги в исходное положение.

Здесь проявляется элемент соревнования в том, кто быстрее построит плетень.

#### **«Цапля и лягушки».**

Все играющие - лягушки, а один человек – цапля (стоит посередине круга). Под веселую музыку лягушки начинают прыгать, квакать, веселиться. Как только музыка прекращается, лягушки приседают и не двигаются. Тех, кто пошевелиться, цапля забирает к себе, и они помогают ей ловить остальных лягушек. Игра проводится несколько раз. Самые осторожные объявляются царевнами- лягушками. Выделяется лучшая цапля.

#### **«Тихие воротца».**

Музыка лёгкая, весёлая.

Два ведущих становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их наверх. Остальные играющие тихо и легко с одной и той же стороны (чтобы не было столкновения) пробегают под воротцами. Задача играющих при опускании рук вниз поймать играющих. Когда водящие стоят с закрытыми глазами.

Следить за тем, чтобы водящие опускали руки плавно, а не резко, чтобы не ударить играющих и чтобы водящие не подсматривали.

#### **«Встреча».**

Дети стоят лицом друг к другу.

1-2 такты: дети первой шеренги выполняют четыре прыжка на встречу второй шеренге, вторая шеренга стоит на месте.

3-4 такты: вторая шеренга прыгает на встречу.

5-6 такты: первая шеренга возвращается на место.

7-8 такты: вторая шеренга возвращается на место.

9-12 такты: на месте прыгают в повороте.

Во время поворота можно исполнить хлопки.

Следить за тем, чтобы во время прыжков дети сохраняли вертикальное положение. Игра развивает чувство ансамбля, музыкальность, память и умение.

#### **«Громче-тише»**

Развивает умение различать громкие и тихие звуки.

Предложить малышу позвенеть в колокольчик – то громче, то тише, затем дать ему погремушку, а колокольчик взять себе. Тихонечко позвените колокольчиком, а малыша попросите тихо пограть погремушкой. Затем дайте команду все проделать громко.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебного года - 1 сентября

Окончание учебного года – 30 апреля

№ п/п	Месяц число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место прове- дения	Форма контроля
<b>МОДУЛЬ 1</b>							
1			тематическое	1	Инструктаж по ТБ. Игры на знакомство.	ЦДТ №5 каб.205	собеседован ие
2			тематическое	1	Позиции рук и ног. Хлопки		наблюдение
3			тематическое	1	Звереритмика		наблюдение
4			тематическое	1	Звереритмика		наблюдение
5			тематическое	1	Звереритмика		наблюдение
6			тематическое	1	Звереритмика		наблюдение
7			комплексное	1	«Зеваки». Слушай хлопки		наблюдение
8			комплексное	1	«Зеваки». Слушай хлопки		наблюдение
9			комплексное	1	«Зеваки». Слушай хлопки		наблюдение
10			тематическое	1	Давайте поздороваемся		наблюдение
11			тематическое	1	Упражнения с ладошками		наблюдение
12			комплексное	1	Зарядка. Побегали, потопали. «Мы едем».		наблюдение
13			комплексное	1	Зарядка. Побегали, потопали. «Мы едем».		наблюдение
14			тематическое	1	«Ходим-бегаем»		наблюдение
15			тематическое	1	«Резвые ножки»		наблюдение
16			тематическое	1	«Погремушка»		наблюдение
17			тематическое	1	«Чук-чук-чук»		наблюдение
18			тематическое	1	Приседай, Кузнечик		наблюдение
19			тематическое	1	Приседай,		наблюдение

					Кузнечик		
20			тематическое	1	Пляска с платочками		наблюдение
21			тематическое	1	Вот какая елочка		наблюдение
22			тематическое	1	Пляска с куклам		наблюдение
23			тематическое	1	Пляска с цветами		наблюдение
24			тематическое	1	Пляска с погремушками		наблюдение
25			тематическое	1	Хоровод «Веселей, детвора»		наблюдение
26			тематическое	1	Маленькая полечка		наблюдение
27			тематическое	1	Веселая пляска		наблюдение
28			тематическое	1	Танец утят		наблюдение
29			комплексное	1	Создай образ, Я танцую		выполнение нормативов
30			комплексное	1	Создай образ, Я танцую		выполнение нормативов
31			комплексное	1	Художественная галерея, Магазин игрушек		выполнение нормативов
32			комплексное	1	Художественная галерея, Магазин игрушек		выполнение нормативов
<b>МОДУЛЬ 2</b>							
33			тематическое	1	Специальный комплекс упражнений		наблюдение
34			тематическое	1	Специальный комплекс упражнений		наблюдение
35			тематическое	1	Специальный комплекс упражнений		наблюдение
36			тематическое	1	Специальный комплекс упражнений		наблюдение
37			тематическое	1	Релаксационные упражнения		наблюдение
38			тематическое	1	Релаксационные упражнения		наблюдение
39			тематическое	1	Релаксационные упражнения		наблюдение
40			тематическое	1	Релаксационные упражнения		наблюдение
41			тематическое	1	Лабиринт		наблюдение
42			тематическое	1	Гуси – гуси		наблюдение
43			тематическое	1	Колобок		наблюдение

44			тематическое	1	Скакалка		наблюдение
45			тематическое	1	Цветы и бабочки		наблюдение
46			тематическое	1	Веселая зарядка		наблюдение
47			тематическое	1	Нос к носу		наблюдение
48			тематическое	1	Музыкальные капканчики		наблюдение
49			тематическое	1	Воробьи и журавли		наблюдение
50			тематическое	1	Деревянные и тряпичные куклы		наблюдение
51			тематическое	1	Жуки и пчелы		наблюдение
52			контрольное	1	Повторение материала		наблюдение
53			тематическое	1	Жуки и пчелы.		наблюдение
54			тематическое	1	Сугробы. Тихие воротца.		наблюдение
55			тематическое	1	Слушай команду. Поменяйся		наблюдение
56			тематическое	1	Передай платочек Воробушки и автомобиль		наблюдение
57			тематическое	1	Рыбки. Плетень.		наблюдение
58			тематическое	1	Цапля и лягушки		наблюдение
59			тематическое	1	Громче-тише. Встреча.		наблюдение
60			тематическое	1	Цветочки на полянке.		наблюдение
61			комплексное	1	Повторение и закрепление материала		выполнение нормативов
62			комплексное	1	Повторение и закрепление материала		выполнение нормативов
63			контрольное	1	Повторение и закрепление материала		выполнение нормативов
64			итоговое	1	Повторение и закрепление материала		выполнение нормативов

Календарные учебные графики дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография для начинающих» ежегодно принимаются педагогическим советом в соответствии с учебными планами, расписанием на текущий учебный год и утверждаются директором учреждения.

## 2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы реализации программы

В процессе реализации программы используются следующие формы:

- учебно-тренировочная;
- тестирование;
- занятие-игра;
- итоговые занятия;
- контрольные занятия;

Методы реализации программы

Методы реализации программы:

- словесные (рассказ, объяснение, инструкции, лекции, беседы, анализ и обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу урока, прием раскладки хореографического па);

- частично-поисковые (игровой прием, детское сотворчество, соревновательность и переплясность, прием пространственной ориентации, фиксация отдельных этапов хореографических комбинаций соревнование и контрастное чередование движений);

- 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 связки, 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 приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Воспитательная составляющая результатов

Воспитательная составляющая результатов заключается:

- в развитии личностных качеств каждого ребенка: взаимопонимания, уверенности, чувства ответственности, коммуникабельности;
- в развитии эмоциональной сферы: умение передавать различные эмоции с помощью танцевальных движений, мимики и жестов;
- в развитии эстетического вкуса.

Основные условия реализации программы

Условия реализации программных задач обеспечиваются через индивидуальный и дифференцированный подход, эстетичность, стабильность и динамичность развивающей и образовательной среды.

Занятия проводятся в кабинете (актовом или спортивном зале), соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет (зал) должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться. В наличии должна быть раздевалка и аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для эффективного и качественного обучения по программе большое значение имеет материально - техническое обеспечение, которое предусматривает:

- Балетный зал с зеркалами;
- Специальная обувь - балетки или чешки;
- Тренировочные костюмы;
- Музыкальное сопровождение – магнитофон, диски и аудиокассеты;
- Костюмы для выступления;
- Тетрадь для записей;
- видео материалы;
- DVD диски с обучающими материалами (аудио и видео материалами).

Для реализации программы нужна помощь концертмейстера.

Дидактическое обеспечение:

1. подборка информационной и справочной литературы;
2. сценарии массовых мероприятий и игровых занятий, разработанных для досуга воспитанников;
3. наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);
4. диагностические методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей;
5. новые педагогические технологии в образовательном процессе (сотрудничество педагога с обучающимися, создание ситуации успешности, взаимопомощи в преодолении трудностей – активизация творческого процесса.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования высшей квалификационной категории, Лапицкой Ириной Викторовной (имеет высшее образование и среднее профессиональное образование по специальности «Педагог-хореограф. Руководитель самодеятельного коллектива»).

## 2.3 ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Формы контроля разработаны для определения результативности освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография для начинающих».

Согласно учебным планам, в программу включены следующие формы контроля:

- собеседование;
- наблюдение;
- тестирование

Принципы построения программы

При построении программы используются следующие принципы:

- Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:
  - безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
  - глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
  - создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;
- Принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и

осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

- Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

- Принцип доступности и последовательности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

- Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

- Принцип связи теории с практикой.

- Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

- Принцип результативности.

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

**Уровни и критерии диагностики** знаний, умений, навыков, уровня воспитанности обучающихся

На протяжении всего образовательного процесса важную роль играет диагностика, которая определяет уровни и критерии.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, опираются на такие критерии: внимательность на занятии, знание комбинаций, правильное исполнение танцевальных этюдов, общий эстетичный вид исполнения.

Уровень знаний и умений обучающихся проверяется во время проведения открытых занятий, смотров, промежуточной и итоговой диагностики.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входящий - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, просмотр физических данных ребенка, телосложения, внимательности, усидчивости ребенка.

- текущий - контрольные занятия, показательные выступления.

- итоговый - творческий отчет в форме контрольного занятия.

Уровни оценки знаний, умений и навыков:

- ниже среднего;

- средний;

- высокий.

По итогам контрольного занятия учащиеся могут быть переведены на следующий год, либо остаться на прежнем году обучения для лучшего освоения материала.

## 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В данном разделе отражаются оценочные материалы, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов.

Диагностика знаний, умений, навыков и уровня воспитанности на 1 году обучения.

Итогом полученных знаний и умений за 1 год обучения является открытое занятие для родителей и работников Центра творчества. Развивается внимательность и

собранность. На первом году обучения оцениваются знания, умения и воспитанность детей на основе исполнения танцевальных этюдов и простейших движений.

Критерии оценок ЗУН первого года обучения:

Высокий – не путает порядок движений, все движения исполняет музыкально правильно, на занятиях собран, внимателен, хорошо ориентируется в пространстве.

Средний – иногда забывает порядок движений, все движения исполняет музыкально, на занятиях внимателен, слабо ориентируется в пространстве.

Ниже среднего – путает порядок исполнения движений, не все движения выполняет музыкально, плохо усваивает материал, на занятиях рассеян, плохо ориентируется в пространстве.

## 2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Организация образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Хореография для начинающих» осуществляется очно. 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.

- Наглядный метод: во время занятия изучаются новые рас при обязательной демонстрации движений педагогом и объяснении методики исполнения, затем следует повторение пройденного материала учащимися.

- Метод опроса – это психологический вербально-коммуникативный метод, заключающийся в осуществлении взаимодействия с детьми, посредством получения ответов на заранее сформулированные вопросы.

- Метод постепенности: занятие строится по принципу от простого к сложному, что помогает максимально точно проучить каждое рас и подготовить своё тело к более сложным упражнениям.

- Метод повтора: репетиция от латинского *repetitio* – повторение. Каждое занятие предполагает многократное повторение различных танцевальных этюдов, что позволяет хорошо понять и освоить новый и пройденный материал, синхронизировать движения в группе, а также максимально укрепить мышцы тела и выработать выносливость.

- Метод мотивации.

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 разучиваемым материалом;

- принцип доступности и последовательности предполагает последовательное усложнение заданий;

- принцип взаимодействия педагога с учащимся;

- принцип наглядности;

- принцип лично – ориентированного подхода;

- принцип позитивного восприятия и принятия личности;

- принцип результативности.

Использование перечисленных технологий характеризует целостный образовательный процесс и является формой организации учебной и творческой деятельности, где каждый ребенок не только обеспечивается полной свободой творческой инициативы, но и нуждается в продуманной стратегии, отборе средств выражения, планировании деятельности.

### *Методика проведения занятия*

- Разогрев обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной нагрузке. Подбор упражнений в комплексах и их структура тщательно продуманы. Каждое упражнение предназначено для конкретной части тела, учитывая возраст учащегося.

- Подготовительная часть предназначена для разогревания организма и подготовки его к выполнению упражнений основной части. Движения выполняются с небольшой амплитудой сначала в невысоком, а затем в нарастающем темпе.

- Основная часть направлена на развитие различных мышечных групп и ведущих физических качеств. В неё включаются наиболее интенсивные упражнения, дающие, так называемые, «пиковые нагрузки».

- Заключительная часть включает движения с малой амплитудой и интенсивностью. Эти упражнения предназначены для развития гибкости, растяжки, восстановления дыхания, расслабления.

Физическая нагрузка на разные мышцы тела чередуется на протяжении всего занятия, также чередуется организация деятельности: работа по группам, по линиям, по диагонали, по кругу, соло. Это позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу три цели: повысить подвижность суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

### III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

#### **Перечень нормативно-правовых актов, регламентирующих разработку дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 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 года;
- Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 года № 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 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.

#### Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Методические рекомендации от 20 марта 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 ОО:

- 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.
- Положение о сетевой форме реализации образовательных программ (только для программ в сетевой форме реализации)

#### ***Дополнительные документы***

##### **Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:**

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

#### ***Основная литература:***

- А.И.Буренина «Топ- хлоп, малыши» Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3 лет. С-П 2001г.
- Физическое воспитание и развитие ребенка раннего возраста -М. 2005
- Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990г.
- Костина Э. « Камертон» - М., 2008
- Буренина А.И. « Ритмическая мозаика»- СПб, 2000г.
- Е.Черемнова «Танцетерапия» Танцевально-оздоровительные методики Ростов 2008г.
- Кузнецова А. Учимся играючи - М., 2008
- Актуальные проблемы эстетического воспитания и развития детей/ под ред. Т.С. Комаровой – М., 2002
- Даймедина И.П. Поиграем, малыши - М., Просвещение, 1992
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи- дансе» – СПб 2000
- Новикова Г.П. Музыкальное воспитание дошкольников - М., 2000
- Теплякова О.Н., Козлова О.Л.– Практическая энциклопедия развивающих игр- М., 2007
- Бекина С.И. и др. Музыка и движение. – М., 1983.
- Васильева Т.К. «Секрет танца» СПб 1997
- Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике – М., 1972
- Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение – М., 1972

#### ***Рекомендуемая литература для обучающихся:***

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

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

<http://www.dancerussia.ru/>  
<http://dancerussia-shop.ru/>  
<http://www.bookovka.ru/>  
<http://dancehelp.ru/>  
<http://horeograf.pro/>  
<http://dozado.ru/>