

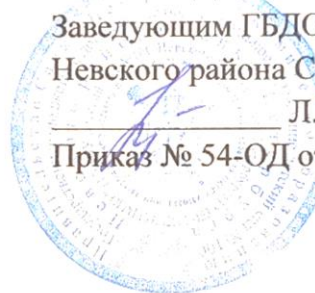
**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 100  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2023 № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующим ГБДОУ детского сада №100  
Невского района Санкт-Петербурга  
Л.И.Кузнецова  
Приказ № 54-ОД от 18.09.2023г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Хореография для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет»**

**Возраст обучающихся: 5-7 лет**

**Срок освоения программы: 1 год**

Разработчик:  
Золотавина Ефросиния Константиновна  
педагог дополнительного образования

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Основные характеристики программы	3
1.2.	Организационно-педагогические условия реализации программы	4
2.	Учебный план	5
3.	Календарный учебный график	6
4.	Рабочая программа	7
5.	Методические и оценочные материалы	11
6.	Приложения	15

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Основные характеристики программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет» (далее – Программа) имеет художественную **направленность**.

**Адресат Программы:** обучающиеся дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

**Актуальность Программы:**

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам воспитанников и их родителей (законных представителей), формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает воспитанников к творчеству.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

**Уровень освоения Программы** – общекультурный.

**Объем Программы** – 72 часа.

**Срок освоения Программы** - 1 год.

**Цель Программы:** Формирование у детей способности к творческому самовыражению посредством обучения танцевальному искусству, повышение общекультурного уровня.

### **Задачи Программы:**

#### **Образовательные:**

- ✓ обучить детей танцевальным движениям
- ✓ сформировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ сформировать пластику, культуру движения, их выразительность
- ✓ сформировать умение ориентироваться в пространстве
- ✓ сформировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы

#### **Развивающие:**

- ✓ развивать творческие способности детей
- ✓ развивать музыкальный слух и чувство ритма
- ✓ развивать воображение, фантазию

#### **Воспитательные:**

- ✓ воспитать нравственно-этические отношения между детьми и взрослыми
- ✓ развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности

### **Планируемые результаты освоения Программы:**

#### **Предметные:**

- ✓ дети будут знать танцевальные движения
- ✓ у детей будет сформировано умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ у детей будут сформированы пластика, культура движения, их выразительность
- ✓ у детей будет сформировано умение ориентироваться в пространстве
- ✓ у детей будет сформирована правильная постановка корпуса, рук, ног, головы

#### **Метапредметные:**

- ✓ у детей будут развиты творческие способности
- ✓ у детей будут развиты музыкальный слух и чувство ритма
- ✓ у детей будут развиты воображение, фантазия

#### **Личностные:**

- ✓ у детей будут сформированы нравственно-этические отношения между ними и взрослыми
- ✓ у детей будут развиты активность и самостоятельность, коммуникативные способности

## **1.2. Организационно-педагогические условия реализации Программы**

Программа реализуется на русском языке

**Форма обучения** – очная

**Условия набора:** в группу зачисляются все желающие.

**Условия формирования групп:** группы формируются до 15 человек.

**Формы организации и проведения занятий:**

**Формы занятий** – групповые

**Режим занятий** – занятия проводятся 2 раза в неделю

**Формы проведения занятий** – учебное занятие, концерт, праздник, тренировка

**Формы аттестации** – аттестация не предусмотрена

**Материально-техническое обеспечение программы**

- Универсальный зал с мягким покрытием (ковровое покрытие).
- Акустическая система (музыкальный центр, колонка)
- Фонотека, включающая в себя специально подготовленные комплексы из

музыкальных композиций, которые соответствуют требованиям к музыке для занятий хореографией, продолжительностью 15 – 30 минут.

- Гимнастические коврики для выполнения упражнений на полу.
- Инвентарь для выполнения ОРУ (флажки, платочки, цветы, султанчики, ленты и др.).
- Гимнастическая скамейка—2 шт., длина— 4000мм., высота—300мм., вес более30 кг. Безопасны.
- Обручи пластмассовые цветные, безопасны.
- Палки гимнастические 20 шт. скакалки—20 шт.
- Мячи большие и маленькие – 25 шт.
- Шарик для сухого бассейна – 30 шт.

#### **Кадровое обеспечение программы:**

Для реализации программы необходим педагог дополнительного образования.

### **2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (для детей от 5-6 лет)**

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Формирование состава танцевальной группы детей.	2	-	2	беседа игра-знакомство
2	Раздел «Партерный экзерсис»	25	5	20	тренаж
3	Раздел «Ритмика»	25	5	20	игра
4	Раздел «Основы классического танца»	5	1	4	тренаж
5	Раздел «Народный танец»	6	1	5	тренаж
6	Раздел «Элементы историко-бытового танца»	5	1	4	тренаж
7	Раздел «Элементы эстрадного танца». Итоговая диагностика	4	1	3	тренаж, наблюдение
<b>Всего</b>		<b>72</b>	<b>14</b>	<b>58</b>	

### **3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (для детей от 6-7 лет)**

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Формирование состава танцевальной группы детей.	2	-	2	беседа игра-знакомство
2	Раздел «Партерный экзерсис»	15	4	11	тренаж
3	Раздел «Ритмика»	8	2	6	игра
4	Раздел «Основы классического танца»	10	2	8	тренаж
5	Раздел «Народно-характерный танец»	16	4	12	тренаж
6	Раздел «Элементы историко-бытового танца»	14	2	12	тренаж
7	Раздел «Элементы эстрадного танца». Итоговая диагностика	7	1	6	тренаж
<b>Всего</b>		<b>72</b>	<b>15</b>	<b>57</b>	

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 100 Невского района Санкт-Петербурга**

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующим ГБДОУ  
детского сада №100

/Л.И.Кузнецова

Приказ № 54-ОД от 18.09.2023 г.

**3. Календарный учебный график  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Хореография для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет»  
на 2023/2024 уч.год**

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
5 – 6 лет	01.09.2023г.	30.05.2024г.	36 недель	72 дня	72 часа	2 р. в нед. по 1 ч.
6 – 7 лет	01.09.2023г.	30.05.2024г.	36 недель	72 дня	72 часа	2 р. в нед. по 1 ч.

За единицу измерения времени занятия взят 1 академический час. Академический час проведения занятия равен длительности занятия в зависимости от возраста обучающихся (в соответствии с действующим санитарным законодательством). Для детей 5-6 лет 1 академический час равен 25 минутам, для детей 6-7 лет – 30 минутам.

#### 4. Рабочая программа

##### Задачи Программы для детей 5-6 лет:

##### Образовательные:

- ✓ обучить детей танцевальным движениям
- ✓ сформировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ сформировать умение ориентироваться в пространстве

##### Развивающие:

- ✓ развивать творческие способности детей
- ✓ развивать воображение, фантазию

##### Воспитательные:

- ✓ воспитать нравственно-этические отношения между детьми и взрослыми

##### Планируемые результаты освоения Программы:

##### Предметные:

- ✓ дети будут знать танцевальные движения
- ✓ у детей будет сформировано умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ у детей будет сформировано умение ориентироваться в пространстве

##### Метапредметные:

- ✓ у детей будут развиты творческие способности
- ✓ у детей будут развиты воображение, фантазия

##### Личностные:

- ✓ у детей будут развиты активность и самостоятельность, коммуникативные способности

#### Содержание Программы (5-6 лет)

<i>мес яц</i>	<i>Партерный экзерсис</i>	<i>Ритмика</i>	<i>Танцевальные движения</i>	<i>Репертуар</i>
Сентябрь	1.Карандаши 2.Книжка 3.Бабочка 4.Кошечка 5.Лодочка	Передача ритмического рисунка хлопками м/р 4/4  муз. игра «Бусы дружбы»	1.Марш 2.Поз. ног -6 невыворотная 3.Поз. рук - за спиной, на поясе 4.Легкий бег 5.Поклон	«Деревянная и тряпичная кукла»
Октябрь	1.Утюги 2.Книжка 3.Длинная лягушка 4.Лодочка 5.Качалка	Передача ритм. рисунка хлопками в сочетании с шагами м/р 2/4  Игра «Цветы и бабочки»	1.Ходьба на п/п, пятках 2.Галоп боковой 3.Прыжки «Мячик» 4.Поз. ног -2 5.Поз. рук в класс.т. – подг. и 1	Танец «Дождик»

Ноябрь	1.Карандаши 2.Утюги 3.Велосипед 4.Качалка 5.Лягушка	Дирижерские жесты  Игра «Ищи свой цвет»	1.Releve на п/п 2.Переменный шаг 3.Бег ножки назад 4.Поз. рук -2 народная 5.Ковырялочка	Танец с лентами «Я рисую этот мир»
Декабрь	1.Круговые вращения стоп 2.Ножницы 3.Шпагат прямой 4.Золотая рыбка 5.Кузнечик	Отражение в движении динамических оттенков –форте –пиано, легато-стаккато м/р $\frac{3}{4}$ Этюд «Валенки»	1.Вращения в парах 2.Ковырялочка с колен 3.Движения по рисунку: круг, линия, змейка 4.Работа с мячом	Танец «Рукавичка»
Январь	1.Карандашики 2.Бабочка 3.Окошко 4.Кошечка 5.Миноискатель	Музыкальная игра «Птицы и звери»	1.Высокий шаг 2.Присядка 3.Прыжок разножка 4.Подскоки 5.Хлопушка для мальчиков	Закрепление изученных танцевальных композиций
Февраль	1.Твердые и мягкие карандаши 2.Змея 3.Боковая растяжка 4. Перекаты 5.Кораблик	Фигурная маршировка	1.Марш 2.Подскоки 3.Хлопушки 4.Бег ножки назад 5.Вращения на месте	Танец «О море мечтаем»
Март	1.Круговые вращения стоп 2.Ножницы 3.Поперечный шпагат 4.Кобра 5.Березка	Этюд «Вальс цветов» Упражнения с обручем	1.Вращение рук 2.Pie по 3 поз 3.Положения рук в 3 поз 4.Переменный шаг 5.Вынос ноги на degage	Танец «Хула хуп»
Апрель	1.Подъемный кран 2.Большие ножницы 3.Кораблик 4.Шпагаты 5.Полумост	Игры с элементами импровизации «Замри», «Лесной концерт»	1.Боковой приставной шаг 2.1 port de bras 3.Опускание на колено 4. Положение рук в паре 5. Вращения	Танец «Джентельмены» «Вальс цветов»
Май	Элементы йоги: слон, березка, плуг, тик-так, подъемник, собака.	Танцы с элементами импровизации	1.2port de bras 2.Движения историко-бытовых танцев 3. Реверансы	Танец «Петербургский вальс»



### Задачи Программы для детей 6-7 лет:

#### Образовательные:

- ✓ обучить детей танцевальным движениям
- ✓ сформировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ сформировать пластику, культуру движения, их выразительность
- ✓ сформировать умение ориентироваться в пространстве
- ✓ сформировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы

#### Развивающие:

- ✓ развивать творческие способности детей
- ✓ развивать музыкальный слух и чувство ритма
- ✓ развивать воображение, фантазию

#### Воспитательные:

- ✓ воспитать нравственно-этические отношения между детьми и взрослыми
- ✓ развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности

### Планируемые результаты освоения Программы:

#### Предметные:

- ✓ дети будут знать танцевальные движения
- ✓ у детей будет сформировано умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями
- ✓ у детей будут сформированы пластика, культура движения, их выразительность
- ✓ у детей будет сформировано умение ориентироваться в пространстве
- ✓ у детей будет сформирована правильная постановка корпуса, рук, ног, головы

#### Метапредметные:

- ✓ у детей будут развиты творческие способности
- ✓ у детей будут развиты музыкальный слух и чувство ритма
- ✓ у детей будут развиты воображение, фантазия

#### Личностные:

- ✓ у детей будут сформированы нравственно-этические отношения между ними и взрослыми
- ✓ у детей будут развиты активность и самостоятельность, коммуникативные способности

### Содержание Программы (6-7 лет)

<i>мес яц</i>	<i>Партерный Экзерсис</i>	<i>Ритмика</i>	<i>Танцевальные движения</i>	<i>Репертуар</i>
-------------------	-------------------------------	----------------	----------------------------------	------------------

сентябрь	1.Карандаши 2.Книжка 3.Бабочка 4.Кошечка 5.Лодочка 6.Кораблик 7.Плуг 8.Прямой шпагат	Передача ритмического рисунка хлопками в сочетании с шагами м/р 4/4  игра «Клубок знакомств»	1.Марш 2.Семенящий шаг перекатом с пятки на носок 3.Поз. рук - за спиной, на поясе 4.Легкий бег 5.Поклон 6.Работа с веером 7.Работа с палкой 8.Прыжок трамплинный	Танец «Вальс» Е. Доги
октябрь	1.Утюги 2.Книжка 3.Длинная лягушка 4.Лодочка 5.Качалка 6.Березка 7.Бабочка 8.Окошко	Отражение в движениях рук смены ритма м/р 2/4, 4\4 и характера музыки	1.Ходьба на п/п, пятках 2.Галоп боковой 3.Прыжки «Мячик» 4.Скрестный шаг 5. Движения рук: port de bras. 6.Движения ног: releve 7. Движения ног: demi-plie.	Танец «Под музыку Вивальди» С. Никитин
ноябрь	1.Карандаши 2.Утюги 3.Велосипед 4Ккачалка 5.Лягушка 6.Вентилятор 7.Собака 8.Слон	Дирижерские жесты  «Умные предметы» танцевальные этюды с предметами	1. Движение ног: pas eleve 2. Движение рук: port de bras. 3. Движение ног: pas Degage 4. Движение ног: pas balance.	«Танец Придворных» Л. Боккерини
декабрь	1.Круговые вращения стоп 2.Ножницы 3.Шпагат прямой 4.Золотая рыбка 5.Кузнечик 6.Улитка 7.Grand battements лежа на полу	Музыкальная игра «Где живут чудеса?»	1.Движения в парах 2.Скрестный шаг 3.Движения по рисунку: круг, линия, змейка 4.Работа с палкой 5.Движения плеч и рук в чукотском характере 6.Имитационные движения 7.Понятие «диагональ»	«Новогодний карнавал» Ассоль
январь	1.Карандаши 2.Бабочка 3.Окошко 4Кошечка 5.Миоискатель 6.Шпагат поперечный 7.Рыбка 8.Полумост	Этюд «Кузнецы»	1.Марш 2.Присядка 3.Прыжок разножка 4.Подскоки 5.Хлопушка для мальчиков 6.Переменный шаг 7.Вынос ноги на пятку 8.Работа с платком	«Кадриль» В. Теплов.

февраль	1.Твердые и мягкие карандаши 2.Змея 3.Боковая растяжка 4. Перекаты 5.Кораблик	Фигурная маршировка  Игра «Волна»	1.Марш 2.Подскоки 3.Ковырялочка 4.Бег ножки назад 5.Вращения в arabesque 6.Pas echappe 7.Attitude 8.Галоп	Танец «Яблочко»
Март	1.Круговые вращения стоп 2.Ножницы 3.Поперечный шпагат 4.Кобра 5.Березка 6.Мостик 7.Колесо	Отражение в движении динамических оттенков –форте –пиано, легато-стаккато	1.Хороводный шаг 2.Plié по 3 поз 3.Положения рук в русском характере 4.Итальянский пр. 5.Переменный шаг 6.Вынос ноги на degage 7.Работа с тамбурином 8.Элементы итальянского танца	Тарантелла
Апрель	1.Подъемный кран 2.Большие ножницы 3.Кораблик 4.Шпагаты 5.Мостик	Игры с элементами импровизации «Замри», «Лесной концерт»	1.Боковой приставной шаг 2.1 port de bras 3.Опускание на колено 4. Положение рук в паре 5. Вращения 6.Элементы цыганского танца	Танец «Цыганочка»
май	Комплекс йоги «Приветствие Солнцу»	Танцы с элементами импровизации	1.2port de bras 2.Движения историко-бытовых танцев 3. Реверансы 4. Шаг вальса	«Вальс»

## 5. Методические и оценочные материалы

Оценивание качества образовательной деятельности по реализации Программы представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование. Оценка результатов освоения программы необходима для:

- выявления начального уровня развития способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- прослеживания динамики развития;
- оценки эффекта педагогического воздействия

Формы подведения итогов реализации программы:

- Открытые занятия.
- Обследование детей прослеживается на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально-ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального

сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Цель: определение уровня музыкально-ритмического развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

### **Диагностические игровые и ритмические упражнения**

#### ***Выявление качества музыкально-ритмических движений:***

##### *1. Выполнение элементов танца:*

Старшая группа – выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Подготовительная группа – выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

##### *2. Создание музыкально-игрового образа:*

Старшая группа – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Подготовительная группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

#### ***Выявление уровня ритмического слуха:***

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Подготовительная группа – послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

### ***Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении***

#### *Вариант 1. Несюжетные этюды*

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

#### *Вариант 2. Сюжетные этюды*

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

### **Уровни развития танцевально-ритмических навыков.**

«1» - **Низкий уровень.** Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - **Средний уровень.** Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - **Высокий уровень.** Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

### **Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями**

«1» - **Низкий уровень** – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - **Средний уровень** – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

### **Уровень ритмического слуха**

«1» - **Низкий уровень** – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - **Средний уровень** – допускает 2-3 ошибки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

### **Уровень качества танцевально-ритмических движений, координированности**

«1» - **Низкий уровень** – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - **Средний уровень** – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

### **Уровень артистичности и творчества в танце**

«1» - **Низкий уровень** – не справляется с заданием.

«2» - **Средний уровень** – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмические рисунки;

### **Уровень артистичности и творчества в танце**

«1» - **Низкий уровень** – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при

движении.

«2» - **Средний уровень** - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - **Высокий уровень** – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

### Список используемой литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
4. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
6. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.
7. Барышникова Т.К. – Азбука хореографии, - М.: Айрис-пресс, 2000 г. (эл.вариант – eKNIGI)
8. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
10. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
11. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
12. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
13. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
14. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
15. Бокатов А., Сергеев С., - Детская йога - Ника-центр, 2004 (эл.вариант – eKNIGI)
16. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
17. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008).



### Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной



деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3.

#### **Хореография в виде сказки или как научить детей танцевать.**

Игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций. Поэтому игры были и остаются традиционным средством педагогики. Игра всегда вызывает у детей приподнятое настроение, формирует устойчивое заинтересованное отношение к занятию. Именно в игре легче всего следить за дозировкой физической нагрузки, за точностью исполнения движений. Кроме того, игровые занятия вызывают активную работу мысли ребенка. А проведение занятий в игровой форме доставляет детям большое удовольствие и избавляет их от скучного, нарочитого изучения движений.

Игровой метод хорош на любых занятиях, но если при разучивании основ классического, народно-характерного и танца модерн этот метод применим лишь частично, то музыкально-ритмические упражнения дают простор для фантазии педагога. И тогда каждое занятие становится увлекательной игрой.

#### **Разработаны темы:**

- ✓ Путешествие к озеру
- ✓ В поиске волшебных красок
- ✓ Сказочный лес
- ✓ Осенняя прогулка
- ✓ В зоопарке
- ✓ В цирке
- ✓ Морская прогулка
- ✓ Путешествие в страну игрушек
- ✓ Путешествие на сказочную планету
- ✓ Мульты-пульти

#### **Элементы основ классического танца**

Основная силовая нагрузка в классическом танце приходится на мышцы ног и спины. К 6 годам у ребенка значительно увеличивается масса мускулатуры, в особенности нижних конечностей, повышается сила и работоспособность этих мышц, и ему доступны и посильны некоторые движения из системы классического танца. Кроме того, они укрепляют мышцы спины и формируют навык правильной осанки. Изучение позиций рук также полезно для постановки корпуса и для развития мускулатуры плечевого пояса. А результате занятий ребенок приобретает устойчивость (апломб), подтянутость, физическую силу.

Проучивание элементов классического танца должно сопровождаться классической же музыкой, таким образом, продолжается музыкальное развитие дошкольника, прививается правильный вкус и восприятие. Конечно, все это должно быть дозировано, чтобы не утомить и не отпугнуть современных детей.

Круг движений классического танца велик и многообразен. Конечно же, эта программа охватывает лишь небольшой комплекс, посильный для обычного ребенка, а не с исключительно балетными данными. В первую очередь, нет выворотных позиций ног, доступны полувыворотные и невыворотные. Но есть смысл требовать усилий у тех детей, у кого выворотность является природной особенностью. Так как у нас в зале нет станка, экзерсис выполняется на середине. Чтобы детям было понятнее и интереснее, движения имеют образные названия.

#### **Позиции ног: I, II, III, IV**

### **Позиции рук:**

- ✓ Подготовительная («Держим арбуз»)
- ✓ I («вот такой животик»)
- ✓ III («рамочка»)
- ✓ II («дуга», «лук»)

### **Экзерсис на середине зала:**

- ✓ Точки класса (по методике А.Я. Вагановой)
- ✓ Положение en face и eparement
- ✓ Повороты головы на 1/2, ¼
- ✓ Постановка корпуса (ноги в свободном положении)
- ✓ Понятия рабочая нога и опорная нога
- ✓ Releve на полупальцах
- ✓ Plie
- ✓ Перегибы корпуса вперед и в сторону
- ✓ Battement tendu в сторону и вперед
- ✓ Port de bras I, II
- ✓ Pas Balance
- ✓ Шаги польки
- ✓ Галоп
- ✓ Трамплинные прыжки

### **Народно-характерный танец**

Этот раздел знакомит с танцевальной культурой разных народов мира, позволяет лучше понять историю и черты национального характера через жесты, мимику, пластические образы. Исполнение хореографических номеров по мотивам сказок, легенд, поверий, народных игр развивает воображение, образное мышление, исполнительскую технику.

Простейшие элементы народных танцев изучаются на середине зала. Многие движения, например, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колена, прыжки с поджатыми ногами являются универсальными для многих народных танцев. Характер же им придают движения рук, положения корпуса, даже поворот головы. Затем из разученных элементов составляются танцевальные этюды или законченные танцевальные миниатюры, которые мы демонстрируем на открытых занятиях, праздниках в саду или на конкурсных выступлениях разных масштабов.

### **Изучение элементов русского танца:**

- ✓ Поклон
- ✓ Положения рук одиночные и в парах
- ✓ Работа с платком (для девочек)
- ✓ Хлопки и хлопучки (для мальчиков)
- ✓ Простой ход
- ✓ Переменный ход
- ✓ Боковой ход
- ✓ Кадрильный шаг
- ✓ «Ковырялочка»
- ✓ Вынос ноги на пятку

- ✓ Тройной притоп
- ✓ Хороводный ход на п/п (для девочек)
- ✓ Присядка, разножка (для мальчиков)
- ✓ Припадание по 6 поз.

#### **Элементы цыганского танца:**

- ✓ Положение сидя на коленях
- ✓ Скрестный боковой шаг
- ✓ Широкие волновые движения подолом юбки
- ✓ Плавные тянущиеся движения кистями (опускаем вниз кисть и тянем наверх).
- ✓ Работа с веером (для девочек)
- ✓ Позировки
- ✓ «Тряска» плечами

#### **Элементы итальянского танца (тарантелла)**

- ✓ Подскоки
- ✓ Галоп
- ✓ Вынос пятки в сторону, plie на опорной ноге,
- ✓ Перегибы корпуса в сторону, вперед
- ✓ Pas echappe
  - ✓ Attitude efface
- ✓ Jete pointe
- ✓ Arabesque
- ✓ Положения рук во 2, 3 позициях, круговое вращение с тамбурином
- ✓ Работа с тамбурином (удары в пол, по колену, по плечу, в ладонь над головой, тряска
- ✓ Повороты в парах, вращения

#### **Историко-бытовой танец**

Изучение историко-бытового танца начинается со знакомства с элементами простейших танцевальных форм. В отличие от классического и характерного танца, здесь нет особых технических сложностей. Но освоение, казалось бы, незамысловатых поз, шагов, поклонов и положений корпуса представляет известные трудности, так как требует определенной манеры исполнения. Здесь используется та же французская терминология, что и в классическом танце. В работе над историко-бытовым танцем можно разучить:

- ✓ Шаги (бытовой и легкий танцевальный)
- ✓ Положения корпуса, головы, плеч, ног – 3 поз
- ✓ Положения рук: у девочек – заниженная 2 поз  
у мальчиков –руки за спиной на талии ладонями вверх
- ✓ Demi-plie
- ✓ Pas польки, pas галопа
- ✓ Pas eleve
- ✓ Pas degage
- ✓ Pas balance
- ✓ Passe par terre
- ✓ Pas вальса
- ✓ Реверансы девочек на  $\frac{3}{4}$  и на  $\frac{4}{4}$

- ✓ Поклоны мальчиков на  $\frac{3}{4}$  и на  $\frac{4}{4}$

Из танцевальных композиций можно поставить падеграс, полонез, менуэт или даже вальс.

### **Элементы танца модерн**

Среди создателей этого направления известны такие имена, как Айседора Дункан, Курт Йосс, Морис Бежар. Система изучения танца модерн специально для детей не создана. Наиболее целесообразно для меня было отобрать наиболее доступные и полезные для развития ребенка движения взрослого танца и использовать как разминку. В этом танце используются новые термины, взятые из английского языка:

**Contraction** – сжатие, сокращение

**Release** – освобождение

- ✓ В положении лежа, сидя, стоя на коленях и во весь рост
- ✓ В разных направлениях и в комбинациях

**Isolation** – изолирование

- ✓ Голова - наклоны, повороты, круговые движения с различным акцентированием
- ✓ Руки – отдельно кисти, от локтя, от плеча
- ✓ Плечи – одновременное движение, одним плечом, поочередно
- ✓ Бедра - из стороны в сторону легато, стаккато, круговые
- ✓ Ноги – движения стопой, ногой от колена, всей ногой целиком
- ✓ Комбинирование различных элементов

**Body roll** – вращение тела

Разучивать элементы рекомендуется сразу в упражнениях на середине:

- ✓ Demi-plie в невыворотных и выворотных позициях
- ✓ Grand-plie только в невыворотной параллельной позиции
- ✓ Battement tendu в VI позиции, с сокращением стопы, с движениями рук
- ✓ Battement tendu jete в VI позиции во всех направлениях
- ✓ Rond de jambe par terre невыворотной en dehors и en dedans с demi plie
- ✓ Grand battement jete лежа на спине, животе, на боку
- ✓ Port de bras

Подбор музыкального материала полностью зависит от задач занятия и его построения. Обычно для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера на  $2\backslash 4$ , однако возможна и медленная музыка на  $4\backslash 4$ , особенно при исполнении наклонов, растяжек, равновесия, спиралей торса. Главное в музыкальном материале для дошкольников – простая мелодия и постоянный ритм, не усложненный модуляциями или ритмическими фигурами. Возможен аккомпанемент только ударных инструментов.

### **Партерный экзерсис**

Обучение специальным навыкам хореографии ведется долго, кропотливо.

Препятствием нередко бывают недостатки физического развития ребенка. Это, в основном, чрезмерная сопротивляемость связок, особое состояние некоторых мышц и т.п. Известных успехов можно добиться путем специальных корректирующих упражнений.

В практику преподавания классического танца в хореографических училищах ввели разминку в виде гимнастических упражнений. Эти опыты и наша работа показали, что если включать их в занятия, то можно добиться исправления дефектов в осанке, то есть сбалансировать мышцы тела. Вспомогательные корректирующие упражнения выполняются,

лежа на спине, на животе, сидя, стоя на коленях. Упражнения в партере (от фр. *par terre* - на земле) освобождают позвоночник от дополнительной нагрузки и позволяют с наименьшей затратой энергии достичь сразу 3 целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, увеличить силу мышц.

- ✓ Занятия должны быть регулярными
- ✓ Перед началом их надо как следует разогреться, что достигается разминкой и прыжками
- ✓ Упражнения выполняются плавно, без рывков, в медленном темпе, особенно на гибкость
- ✓ Дети располагаются на полу на расстоянии вытянутых в стороны рук и ног
- ✓ Упражнения повторяются от 2-4 раз до 8-16
- ✓ Педагогу необходимо корректировать выполнение
- ✓ Упражнения на напряжение должны чередоваться с упражнениями на расслабление

**Упражнения для стопы** растягивают ахилловы сухожилия, подколенные мышцы и связки, укрепляют рессорные функции мышечно-связочного аппарата, то есть осуществляется профилактика плоскостопия, в итоге формируют нужный подъем стопы и приучают к ощущению натянутости стопы и вытянутой по всей длине ноги, что так необходимо в хореографии:

- ✓ «Карандаши» - натянуть стопу
- ✓ «Утюги» - сокращенная стопа
- ✓ Вращения стопой по кругу
- ✓ «Строим мост»
- ✓ «Книжка» или «Складочка»
- ✓ «Ножницы»
- ✓ Ходьба на п/п, пятках, перекал с п/п на подъем

**Упражнения на улучшение выворотности ног** делаем после того, как научились напрягать и расслаблять мышцы:

- ✓ «Бабочка»
- ✓ «Окошко»
- ✓ «Лягушка» на спине и на животе
- ✓ «Кузнечик»

**Упражнения на развитие танцевального шага** – это растяжка. Но у нас нет задачи максимально растянуть ребенка, достаточно добиться свободы в тазобедренном суставе и легкости ног при подъеме:

- ✓ Полушпагат «Птичка»
- ✓ Шпагаты прямой и продольный
- ✓ Махи ногами вперед и в сторону
- ✓ Наклоны к ногам
- ✓ «Окошко»
- ✓ Растяжки в парах

**Упражнения на гибкость** исправляют недостатки осанки:

**1. При кифозе (сутулости):**

- ✓ «Лодочка» (все варианты)
- ✓ «Кораблик»
- ✓ «Рыбка»

- ✓ «Кобра» и «Змея»
- ✓ «Кошечка» (все варианты)

## 2. При лордозе (седлообразной спине):

- ✓ «Книжка»
- ✓ «Качалка»
- ✓ «Ножницы»

**Элементы детской йоги** также активно используются мною в качестве разминки. Дети – природные существа. Они ближе к природе, чем взрослые, у них меньше установок, правил, привычек. У детей преобладает ассоциативное мышление, они во всем полагаются на свой небольшой опыт. Необходимо ассоциировать все, о чем мы говорим, с тем, что дети наблюдают и видят в повседневной жизни, что их окружает. И мы не занимаемся гимнастикой, мы играем в гимнастику. Такой раздел хатха-йоги, как **суставная гимнастика**, не только укрепляет мышцы и суставы, но и дает психологический эффект: повышает активность, настроение, бодрость:

- ✓ «Флажки»
- ✓ «Тик-так»
- ✓ «Колокольчик»
- ✓ «Вентилятор»
- ✓ «Колобок»
- ✓ «Колеса паровоза»
- ✓ «Мюнхгаузен»
- ✓ «Посмотри, что за спиной»
- ✓ «Плуг»
- ✓ «Собака»
- ✓ «Свеча» или «Березка»

Также дети вполне могут освоить классический комплекс Сурья –Намаскар – Приветствие Солнцу. В нем прорабатываются все группы мышц.