

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
ЦЕНТР СОДЕЙСТВИЯ СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ «АЛЫЕ ПАРУСА»
ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ 6
ГОРОДА МОСКВЫ
(ГБУ ЦССВ «АЛЫЕ ПАРУСА»)

Программа рассмотрена на
педагогическом совете

Протокол № 03
от «22» 12 2025 г

Утверждено

Приказ ГБУ ЦССВ «Алые паруса»
от «22» 12 2025 г. № 845/1-ог

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Серпантин»

Направленность: художественная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся:

от 6 до 18 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:

педагог дополнительного образования

ГБУ ЦССВ «Алые паруса»

В.В. Власенко

МОСКВА
2026

Содержание

I. Пояснительная записка.....	3
II. Содержание программы.....	7
2.1 Учебно-тематический план от 6 до 8 лет.....	7
2.2 Содержание учебно-тематического плана от 6 до 8 лет	8
2.3 Учебно-тематический план от 9 до 12 лет.....	11
2.4 Содержание учебно-тематического плана от 9 до 12 лет	12
2.5. Учебно-тематический план от 13 до 18 лет.....	15
2.6. Содержание учебно-тематического плана от 13 до 18 лет	16
III. Методическое и организационно-педагогическое обеспечение.....	18
IV. Список литературы.....	40
V. Приложения.....	42

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография — это не просто набор танцевальных движений, а целостное искусство сочинения и воплощения танца. Это способ рассказать историю, передать эмоции и характер без слов, используя язык тела. С помощью хореографии человек может выразить себя, донести до зрителя свои мысли, переживания и даже мировоззрение.

Танцевальное искусство уходит корнями в глубокую древность. С самых ранних времён танец был неотъемлемой частью жизни человека:

- сопровождал обряды и ритуалы (сбор урожая, крупные походы);
- выражал связь человека с природой;
- служил способом передачи эмоций (радость, скорбь);
- был частью церемоний в древних цивилизациях (Египет, Индия, Китай, Япония).

Особую роль в развитии хореографии сыграла Древняя Греция: именно там появилось само слово «хореография»; существовала богиня танца — Терпсихора; танцы делились на категории: религиозные, военные, брачные, театральные.

В дальнейшем хореография прошла путь от ритуальных плясок до салонного искусства (в католической Европе), а затем — до профессионального балета и современных танцевальных направлений. Ключевыми вехами стали:

XVI век — становление классического танца;
XVII век — появление балета;
1713 год — открытие первой балетной школы;
конец XIX века — развитие свободного танца (Айседора Дункан);
XX век — расцвет бальных танцев, хип-хопа, клубных направлений.

Современная хореография включает множество стилей:

Классический танец — фундамент хореографического искусства (балетные движения, позиции ног и рук, экзерсис).

Народный танец — отражает культуру и традиции народов, имеет характерные ритмы и движения.

Бальные танцы — парные направления, разделённые на «стандарт» и «латину» (самба, румба, ча-ча-ча и др.).

Танец модерн и контемпорари — акцент на свободе самовыражения, отказе от строгих канонов.

Уличные танцы — самобытные направления, возникшие вне танцевальных залов (хип-хоп, брейкданс, локинг, паппинг).

Современные клубные стили — vogue (подиумная походка), high heels (на каблуках), waacking (энергичные махи руками).

Боди-балет — синтез балетных па, йоги и пилатеса, подходит для людей с любым уровнем подготовки.

Польза хореографии для личности

Занятия хореографией приносят многогранную пользу:

- 1) Физическая:
 - развивают мускулатуру (все группы мышц);
 - улучшают координацию и гибкость;
 - тренируют выносливость и силу;

способствуют сжиганию калорий (мощная кардионагрузка).

2) Эстетическая:

формируют красивую осанку и пластику;
развивают чувство ритма и гармонии;
учат создавать художественный образ.

3) Психологическая:

снижают стресс и усталость;
повышают уверенность в себе;
развивают эмоциональную выразительность;
улучшают концентрацию и память.

4) Социальная:

учат работать в коллективе (групповые танцы);
развивают коммуникативные навыки;
помогают найти единомышленников.

Сегодня хореография является частью профессионального искусства (театры, мюзиклы, кино); используется в развлекательной индустрии (концерты, шоу, клипы); применяется в терапевтических целях (танцевальная терапия); становится популярным хобби для людей всех возрастов; входит в образовательные программы (детские сады, школы, вузы).

Хореография — уникальное искусство, сочетающее физическую активность, эстетику и эмоциональную выразительность. Она не только развивает тело и дух, но и помогает человеку лучше понять себя и окружающий мир. Благодаря разнообразию стилей каждый может найти направление по душе и открыть для себя магию танца.

Актуальность

Данная программа позволяет методически настойчиво направлять энергию учащихся в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, некрасивости, безвкусицы. Получив возможность осваивать импровизацию, учащийся избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Общение и положительные эмоции – вот две основные функции танца. При этом вторая, как мне кажется, является основной. Танец не только отражает жизнь, ещё в большей степени он передаёт наше собственное отношение к жизни. Танец побуждает нас к действию – мы учимся танцевать, но даже тот, кто не танцует, находит в танцах что-то своё: кто-то любит слушать танцевальную музыку, а кого-то влечёт сама атмосфера танцевальной площадки. Музыка, свет, общество людей создают атмосферу, в которой танцор всегда может проявить свою индивидуальность, рассказывая о себе языком танца.

Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия в виде тематических бесед, диспутов, посещения спектаклей и концертов по данному профилю, конкурсных поездок, направленных на осознание учащимися значения современного искусства и их личного творчества, развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что планируемый учебно-воспитательный процесс нацелен на изучение воспитанниками выразительной палитры движений танца; избавление от физических зажимов; развитие физической выносливости и творческой активности средствами свободной импровизации; расширение кругозора в стилях и современных течениях музыкальной культуры; на знаниях законов драматургии, на примере классических и современных балетов. А так же, занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими

качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся воспитанниками из танцевального класса в другие сферы деятельности.

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

Учитывая требования современного дополнительного образования, была создана авторская образовательная программа танцевального кружка «Сerpантин».

Новизна программы состоит в том, что в процессе обучения, учащиеся приобщаются к миру танца, к знакомству с различными направлениями, историей и географией танца, получают новый навык.

Направленность: художественная

Цели и задачи программы

Стратегической целью программы является формирование у воспитанников вкуса и системы ценностей в восприятии современной культуры, ознакомление обучающихся с различными стилями исполнения современного танца. Формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично -развитой личности.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач:

Задачи:

Развивающие:

раскрытие творческой индивидуальности воспитанников;
развитие физической выносливости и силы, силы духа;
формирование у учащихся внимательного отношения к манере танцевального исполнения, к пластическому разнообразию, анализу собственной творческой деятельности;

развитие мышечных ощущений моторно-двигательной памяти, чувственно-образного мышления, пластической подвижности;

воспитание умения передавать стиль и манеру исполнения различных течений, создавать яркие сценические образы.

Воспитательные:

воспитание умения распознавать «прекрасное» в общем потоке современной индустрии;

привитие бытовой и сценической культуры.

Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы учащиеся должны овладеть:

- коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе; воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;

- сопереживать и чувствовать музыку;
- красиво, непринужденно держаться на сцене;
- сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом;
- раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

Краткая характеристика целевой группы обучения

Программой охвачены воспитанники в возрасте с 6 до 18 лет.

Срок реализации программы и её объем

Предлагаемая программа рассчитана на 1 год обучения.

Общее количество часов по программе, определяется с учётом особенностей деятельности организации для детей сирот и детей оставшихся без попечения родителей, включая специфику длительности учебного года (с 1 января календарного года) и составляет 120 часов в год.

В случае отклонения от указанного количества часов педагог дополнительного образования, готовит в установленном порядке ходатайство об увеличении (сокращении) количества часов и внесения необходимых изменений и дополнений в действующую образовательную программу.

Форма обучения – очная.

Режим занятий и особенности организации учебного процесса.

Занятия проводятся 3 раза в неделю, общей продолжительностью 1 академический час (45 мин.).

Форма организации деятельности: групповые и индивидуальные занятия.

Состав групп: разновозрастные.

Формы проведения занятий: теоретические, практические, комплексные.

Музыкальное сопровождение занятия.

Все занятия сопровождаются аудиозаписями. Педагог подбирает разнообразный музыкальный материал, который знакомит учащихся с различными стилями и направлениями, формирует музыкальную культуру, слух, а также и манеру исполнения.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебно-тематический план (6 - 8 лет)

№ п/п	Названия разделов и тем занятий	Количество учебных часов			Форма промежуточного \\итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
Вводная часть - 2 ч.					
1.1.	Техника безопасности	1	1	0	Контрольные вопросы
1.2.	История танца	1	1	0	
II. Игροгимнастика – 48 ч.					
2.1.	Общеразвивающие упражнения	16	2	14	Контроль выполнения упражнений.
2.2.	Упражнения без предмета	8	1	7	Контроль выполнения упражнений.
2.3.	Упражнения с предметами	8	1	7	Контроль выполнения упражнений.
2.4.	Упражнения на расслабление мышц; дыхательные, на укрепление осанки	16	1	15	Открытое занятие Контроль выполнения упражнений.
III. Пальчиковая гимнастика – 22 ч.					
3.1.	Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях	10	1	9	Контроль выполнения упражнений.
3.2.	Упражнения пальчиками с речитативом; игра на музыкальных инструментах	12	1	11	Открытое занятие. Контроль выполнения упражнений.
IV.Музыкально-подвижные игры – 32 ч.					
4.1	Рольевые ситуации	10	1	9	Контроль выполнения упражнений.
4.2.	Подражания	8	1	7	Контроль выполнения упражнений.

4.3.	Соревнования	6	0	6	Тестирование
4.4.	Подвижные и образные игры.	8	1	7	Открытое занятие. Контроль выполнения упражнений.
V.Танцевально-ритмическая гимнастика – 16 ч.					
5.1.	Образно-танцевальные композиции	14	1	13	Танец, элементы движений в образе
5.2.	Комплексные упражнения	2	1	1	Контрольные вопросы по упражнениям
5.3.	Итого	120	14	106	

2.2 Содержание учебно-тематического плана (6 - 8 лет)

№ п/п	Форма учебного занятия по теме, количество часов	Содержание
I. Вводная часть – 2 ч.		
1.1. Техника безопасности в занимательной форме	Теоретические занятия - 1 ч.	Инструктаж по технике безопасности
1.2.История танца. Введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой	Практические занятия - 1 ч.	Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт, ввести его в мир танцевальной образности и игры с радостью и улыбкой.
II. Игрогимнастика – 48 часа		
2.1. Общеразвивающие упражнения (16 ч)	Теоретические занятия – 2 ч.	Методика выполнения разминки в шагах. Разминка в шагах с элементами игрогимнастики. Акробатические упражнения.

	Практические занятия – 14 ч.	Хлопки в такт музыки, движения руками в различном темпе, выполнение упражнений под музыку, хлопки и удары ногой на каждый счет, выполнение простейших движений руками в различном темпе, выполнение ходьбы, бега, движений туловищем в различном темпе, специальные упражнения для согласования движений с музыкой, усвоение правила постановки корпуса, освоение техники исполненных упражнений в более быстром темпе, навыки устойчивости, координации движений.
2.2. Упражнения без предметов-8ч	Теоретические занятия – 1 ч.	Понятие о марше, ритмический счет, шаги по кругу с вытягиванием носков, стоп, шаги на полу пальцах, на пятках с подъемом коленей: шаг цапли, цапля стоит, зайчик, лиса, медведь, мячик. Методика выполнения движений в игровой гимнастике.
	Практические занятия – 7 ч.	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений. Ритмические упражнения для согласования движений с музыкой. Танцевальный бег (ход на полу на пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия. Методика исполнения движений под музыку. Танцевальные шаги: мягкий, высокий, высокие на носках, приставной, скрещенный в сторону. Прыжки с ноги на ногу, комбинации изученных танцев.
2.3. Упражнения с предметами -8ч	Теоретические занятия – 1 ч.	Методика выполнения движений с предметами и без.
	Практические занятия – 7 ч.	Партерная гимнастика упражнения с предметами, с флажками, упражнения с обручами, упражнения с колокольчиками, упражнения с султанчиками, упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. Игры и упражнения с мячом: прокатывать мяч через ворота, бросать мяч в цель. Сюжетный урок «Птицы мои птицы».
2.4. Упражнения на расслабления, дыхательные, на укрепление осанки-16ч	Теоретические занятия – 1 ч.	Методика выполнения движений на расслабления и мышечной силы.
	Практические занятия – 15ч.	Наклоны, повороты головы, подъем плеч, движения на сгибания и повороты рук, наклоны и повороты корпуса, укрепление мышечного корсета. Специальные упражнения для мышечной силы: «Рыбачок», «Кузнечик». Гимнастика партерная. Игровая: «Кошечка», «Улитка» «Бабочка», «Самолет», «Змея», «Березка», «Насос», «Мостик».

III. Пальчиковая гимнастика – 22 часов		
3.1. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях (10 ч.)	Теоретические занятия – 1 ч.	Знакомство с общеразвивающими упражнениями и играми с пальчиками в двигательных и образных действиях. Формирование у детей навыков свободного поведения на занятиях и на сцене посредством игры со словом.
	Практические занятия – 9 ч.	Поочередное сгибание и разгибание пальцев, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного или двух и т.д. пальцев. «Лягушка», «Зайка», «Домик», «Мы делили апельсин», «Ёжик», «Домик», «Медведь», «Цветок», «Дерево». Игра со словом способствует развитию внимания, памяти, фантазии, воображения: «Шалтай- Болтай», «Огуречик-огуречик», «Из-за леса, из за гор», «Солнышко-солнышко».
3.2. Упражнения пальчиками с речитативом; игра на музыкальных инструментах (12ч.)	Теоретические занятия – 1 ч.	Методика выполнения упражнений с некоторыми детскими музыкальными инструментами.
	Практические занятия – 11 ч.	Выполнять несложные упражнения песен на детских инструментах. Определять по заданному ритму мелодию знакомых песен. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельной под счет и под музыку: «Солнышко лучистое», «Весельчак». Упражнения с бубном. Упражнения с ложками. Сюжетный урок «Ромашки».
IV. Музыкально-подвижные игры – 32 часов		
4.1.Ролевые ситуации –10 ч.	Теоретические занятия – 1 ч.	Понятие музыкальной импровизации. Слушание музыки, определение темпа. Методика исполнения детских танцев и танцевальных игр.
	Практические занятия – 9 ч.	Освоение игрового самостоятельного сочинения: «Дождь», «Волны», «Поезд», «Самолет». Учить детей слушать музыку, воспринимать её характер, отражать его в движениях и пластике.
4.2.Подражания – 8 ч.	Теоретические занятия – 1 ч.	Этюды для выразительного движения. Раскрытие творческих способностей, развитие организованности и самостоятельности.
	Практические занятия – 7 ч.	Игры с подражанием: «Зеркало», «Ручеек», «Найди предмет», «Волк и зайцы».
4.3.Соревнования – 6 ч.	Практические занятия – 6 ч.	Улучшение качества исполнения знакомых движений. Игры для соревнования: «Бусы», «Ниточка-иглочка».

4.4.Музыкально-подвижные игры, этюды, инсценировка песен, пословиц – 8 ч.	Теоретические занятия – 1 ч.	Методика исполнения музыкально-подвижных игр.
	Практические занятия – 7 ч.	Самостоятельно сочинение сюжета. Сюжетно-тематическое занятие «В деревне у бабушки» Использование строевых и общеразвивающих упражнений.
V. Танцевально-ритмическая гимнастика – 16 часов		
5.1. Образно-танцевальные композиции – 14 ч.	Теоретические занятия – 1 ч.	Методика исполнения танцевальных образов
	Практические занятия – 13 ч.	Создание кукольных образов: «Гномики зажгли фонарики», «Веселые клоуны», «Кукляндия», «Лесной оркестр», «Гуси у бабуси»
5.2.Комплексные упражнения – 2 ч.	Теоретические занятия – 1 ч.	Обучение элементарным движениям, танцевальным шагам в образной форме. Игровые двигательные упражнения. Методика танцевальных шагов. Методика исполнения движений народного танца.
	Практические занятия – 1 ч.	Движения народного танца: выставление ноги на пятку, вперед, ковырялочка, притоп одной ногой, двойной притоп, работа с платком, комбинации из изученных танцевальных движений: «Каблучок», «Гармошечка», «Ковырялочка», «Калинка» Освоение свободной пластики и пантомимы: «Заячья зарядка», «Утята», «Сердитая тучка», «Матрешка» (возможен дополнительный материал в течение года). Итоговое занятие (концерт)

2.3 Учебно-тематический план (9- 12 лет)

№ п/п	Названия разделов и тем занятий	Количество учебных часов			Форма промежуточного\итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел I. Вводное – 1 ч.					
1.1.	Инструктаж по технике безопасности	1	1	0	Контрольные вопросы

Раздел II. Беседа по хореографическому искусству – 2 ч.					
2.1.	История русского балета	1	1	0	Контрольные вопросы
2.2.	История современного балета	1	1	0	Контрольные вопросы
Раздел III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 ч.					
3.1.	Гимнастика	20	1	19	Открытое занятие
3.2.	Построение и перестроение	18	0	18	Контрольные упражнения
3.3.	Слушание	2	2	0	Контрольные вопросы
Раздел IV. Танцевальная азбука – 38 ч.					
4.1.	Элементы классического танца	18	1	17	Контрольные танцевальные движения
4.2.	Элементы народного танца	20	1	19	
Раздел V. Композиционные основы танца – 35 ч.					
5.1.	Детские балльные	20	1	19	Контрольные танцевальные движения
5.2.	Образные танцы	15	1	14	
Раздел VI. Творческая деятельность – 4 ч.					
6.1.	Игровые этюды	4	1	3	Открытое (зачётное) занятие
	Итого:	120	11	109	

2.4 Содержание учебно-тематического плана (9 до 12 лет)

№ п\п	Форма учебного занятия по теме, количество часов	Содержание
<u>Раздел I. Вводное – 1 час</u>		

1.1. Инструктаж по технике безопасности – 1 ч.	Теоретическое занятие (1 час)	Знакомство с правилами поведения на занятиях и на сцене.
<u>Раздел II. Беседа по хореографическому искусству – 2 часа</u>		
2.1. История русского балета	Теоретическое занятие (1 ч.)	Слушание и анализ танцевальной музыки. Понятие об особенностях балета.
2.2. История современного балета	Теоретическое занятие (1 ч.)	Разбор стилей современного балета.
<u>Раздел III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 часов</u>		
3.1. Гимнастика – 20 ч.	Теория (1 ч.)	Гимнастика с усложненными формами координации движений.
	Практические занятия (19 ч.)	Растяжки, наклоны и другие слитные гимнастические упражнения. Движения: шпагат, качалка, лодочка, корзиночка и т.д.
3.2. Построение и перестроение – 18 ч.	Практические занятия (18 ч.)	Перестроение из колонны по одному и в колонну по трое в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам. Упражнение типа задание в ходьбе и бегу по звуковому сигналу. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.
3.3. Слушание – 2 ч.	Теоретическое занятие (2 ч.)	Жанры музыкальных произведений, марш, танец, песня. Простые музыкальные формы, музыка и воспитание музыкального мышления, воображения, вкуса. Музыкальное сопровождение танца, как методический прием. Менять движение в танце, в соответствии с построением музыкальной фразы (один-два-три частной формой музыкального произведения)
<u>Раздел IV. Танцевальная азбука – 38 часов</u>		

4.1.Элементы классического танца -18ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Усложнения движений по мере их усвоения. Постановка корпуса, грамотность и чистота исполнения движений.
	Практические занятия (17 ч.)	Элементы классического танца. Освоение разнообразных видов свободной пластики: «Бабочки», «Вальс цветов», «Зимушка-зима».
4.2.Элементы народного танца - 20ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Экзерсис народного танца. Основные элементы народного танца.
	Практическое занятие (19 часа)	«Полечка», «Стирка», «Хоровод» в танцевальных композициях.
Раздел V. Композиционные основы танца – 35 часов		
5.1.Детские бальные танцы-20ч	Теоретическое занятие (1 час)	Понятие музыкальности, эмоциональности и выразительности.
	Практическое занятие (19 часов)	Освоение парного исполнительства, мимики и жестов. Прием соревновательности, переплясности, фигуры в танце: квадрат, круг, линия, змейка, воротца.
5.2. Образные танцы-15ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Разбор образных вариаций движений. Композиция «Кукляндия» и сценические движения к ней.
	Практическое занятие (14ч.)	Композиции: «Я рисую»; «Солдатский танец». Современные танцевальные движения «Диско», «Рок-н-ролл».
Раздел VI. Творческая деятельность – 4 часа		
6.1.Игровые этюды -4 ч.	Теоретическое занятие (1 ч.)	Понятие «Танцевальная импровизация». Алгоритм сочинения танцевальных движений.
	Практическое занятие (3 ч.)	Самостоятельное сочинение танцевальных фрагментов и этюдов. Хореографические импровизации, творческое восприятие музыкального материала: «Актёрская

		пятиминутка», «Сказочные игры», «Конкурс танца». Творческая импровизация. Танцевальные компьютерные игры. Использование информационных технологий и оборудования в танце. Работа с тематическими видеоресурсами. Видеосъемка на занятиях и мероприятиях с дальнейшим анализом. Создание музыкальных клипов. Итоговое занятие (концерт)
--	--	---

2.5. Учебно-тематический план (13- 18 лет)

№ п/п	Названия разделов и тем занятий	Количество учебных часов			Форма промежуточного\итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел I. Вводное – 1 ч.					
1.1.	Инструктаж по технике безопасности	1	1	0	Контрольные вопросы
Раздел II. Беседа по хореографическому искусству – 2 ч.					
2.1.	История русского балета	1	1	0	Контрольные вопросы
2.2.	История современного балета	1	1	0	Контрольные вопросы
Раздел III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 ч.					
3.1.	Гимнастика	20	1	19	Открытое занятие
3.2.	Построение и перестроение	18	0	18	Контрольные упражнения
3.3.	Слушание	2	2	0	Контрольные вопросы
Раздел IV. Танцевальная азбука – 38 ч.					
4.1.	Элементы классического танца	18	1	17	Контрольные танцевальные движения
4.2.	Элементы народного танца	20	1	19	
Раздел V. Композиционные основы танца – 35ч.					
5.1.	Детские бальные	20	1	19	Контрольные танцевальные движения
5.2.	Образные танцы	15	1	14	

Раздел VI. Творческая деятельность – 4 ч.					
6.1.	Игровые этюды	4	1	3	Открытое (зачётное) занятие
	Итого:	120	11	109	

**2.6. Содержание учебно-тематического плана
(13 до 18 лет)**

№ п\п	Форма учебного занятия по теме, количество часов	Содержание
Раздел I. Вводное – 1 час		
1.1. Инструктаж по технике безопасности	Теоретическое занятие (1 час)	Знакомство с правилами поведения на занятиях и на сцене.
Раздел II. Беседа по хореографическому искусству – 2 часа		
2.1. История русского балета	Теоретическое занятие (1 ч.)	Слушание и анализ танцевальной музыки. Понятие об особенностях балета.
2.2. История современного балета	Теоретическое занятие (1 ч.)	Разбор стилей современного балета.
Раздел III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 часов		
3.1. Гимнастика -20ч	Теория (1 ч.)	Гимнастика с усложненными формами координации движений.
	Практические занятия (19 ч.)	Растяжки, наклоны и другие слитные гимнастические упражнения. Движения: шпагат, качалка, лодочка, корзиночка и т.д.
3.2. Построение и перестроение - 18ч	Практические занятия (18 ч.)	Перестроение из колонны по одному и в колонну по трое в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам. Упражнение типа задание в ходьбе и бегу по звуковому сигналу. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении.
3.3. Слушание -2ч	Теоретическое занятие (2 ч.)	Жанры музыкальных произведений, марш, танец, песня. Простые музыкальные формы, музыка и воспитание музыкального мышления, воображения, вкуса. Музыкальное сопровождение танца, как методический прием. Менять движение в танце, в соответствии с построением музыкальной фразы (один-два-три частной формой музыкального произведения)
Раздел IV. Танцевальная азбука – 38 часов		

4.1.Элементы классического танца-18ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Усложнения движений по мере их усвоения. Постановка корпуса, грамотность и чистота исполнения движений.
	Практические занятия (17ч.)	Элементы классического танца. Освоение разнообразных видов свободной пластики: «Вальс с шарфами», «Вальс цветов», «Школьный вальс»
4.2.Элементы народного танца-20ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Экзерсис народного танца. Основные элементы народного танца.
	Практическое занятие (19 часа)	«Русский танец», «Кадриль», «Плясовая» в танцевальных композициях.
Раздел V. Композиционные основы танца – 35час		
5.1.Детские бальные танцы-20ч	Теоретическое занятие (1 час)	Понятие музыкальности, эмоциональности и выразительности.
	Практическое занятие (19 часов)	Освоение парного исполнительства, мимики и жестов. Прием соревновательности, переплясности, фигуры в танце: квадрат, круг, линия, змейка, воротца.
5.2. Образные танцы-15ч	Теоретическое занятие (1 ч.)	Разбор образных вариаций движений. Композиция «Танцевальный микс» и сценические движения к ней.
	Практическое занятие (14 ч.)	Композиция «Матрёшки»; «Солдаты», Современные танцевальные движения «Диско».
Раздел VI Творческая деятельность – 4 часов		
6.1.Игровые этюды -4 ч.	Теоретическое занятие (1 ч.)	Понятие «танцевальная импровизация». Алгоритм сочинения танцевальных движений.
	Практическое занятие (3 ч.)	Самостоятельное сочинение танцевальных фрагментов и этюдов. Хореографические импровизации, творческое восприятие музыкального материала: «Актерская пятиминутка», «Сказочные игры», «Конкурс танца». Творческая импровизация. Танцевальные компьютерные игры. Использование информационных технологий и оборудования в танце. Работа с тематическими видеоресурсами. Видеосъемка на занятиях и мероприятиях с дальнейшим анализом. Создание музыкальных клипов. Итоговое занятие (концерт)
Итого	120 ч.	

III. МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Формы занятий и способы их организации.

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- практическое занятие (изучение новых концертных номеров);
- выступление, конкурс, фестиваль;
- зрительская практика (просмотр видеозаписей);
- открытое занятие (для педагогов, учащихся).

Способы организации деятельности воспитанников на занятии:

- групповая (занятия по сформированным группам);
- в парах (работа с партнерами);
- индивидуально-групповая (свободная импровизация);
- ансамблевая (творческая деятельность ансамбля).

Основные методы и технологии.

Для учащихся, пришедших заниматься народным танцем и современной хореографией, немаловажен образ педагога. Ребята отождествляют содержание предмета с человеком, его преподающим. Поэтому педагогу просто необходимо идти в ногу со временем, самому обладать эстетическим вкусом, следить за новинками индустрии шоу-бизнеса (в музыке, танцевальных направлениях и даже моде), тогда он по праву может быть наставником и другом для своих учеников. Тогда ребята увидят в педагоге не только хореографа, но и человека, к которому можно прийти со своими проблемами, спросить совета, попросить помощи, поделиться радостью или секретами. В каждом возрасте трудностей у подрастающего поколения хватает!

Разборчивость в музыкальном материале, танцевальных стилях и направлениях, наличие эстетического вкуса у педагога позволяет ему работать над формированием у воспитанников системы ценностей, что является основной целью и задачами данного курса.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с детьми, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;
- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- появляющиеся новые танцевальные направления.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;

- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснениями с последующим повторением;

- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;

- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;

- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Для успешной реализации данной программы необходима материально-техническая база:

- легко проветриваемый и с хорошим освещением зал. В зале должны быть стационарные зеркала, хорошо налаженное отопление;

- музыкальное сопровождение занятий целесообразно осуществлять под музыкальный центр для флэш- и CD-носителей, должна быть сформирована фонотека;

- из инвентаря в зале необходимы стол, несколько стульев, гимнастические скамейки, полка для аудиоаппаратуры;

- для более полноценного восприятия воспитанниками изучаемого материала необходим мультимедийный проектор;

- для более оперативного реагирования педагогом на все новинки в области современной хореографии и музыки необходим Интернет.

Социокультурная результативность программы заключается в том, что дети, занимающиеся в танцевальном кружке, принимают участие в праздничных концертах и мероприятиях города и школы, а так же муниципальных и районных творческих фестивалях и конкурсах. Умения и навыки, приобретаемые на таких мероприятиях, дают возможность каждому ребенку почувствовать себя более уверенными. Данные навыки положительно влияют на психологическое, физическое, эмоциональное состояние ребенка.

Формы контроля

Входной контроль: определение общего уровня развития ребенка и его природных способностей к танцу. Срок проведения: при поступлении в творческое объединение (сентябрь).

Формы проведения: вопросы, выполнение практического задания.

Теоретическая часть. Вопросы:

- Нравится ли тебе танцевать?
- Кто посоветовал начать заниматься танцами?

Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

Практическая часть: ребенку предлагают выполнить следующие задания:

- исполнение упражнений на ритмичность;
- исполнение упражнений на координацию;
- исполнение упражнений на ориентировку в пространстве.

Система оценки входного контроля.

- Минимальный уровень (1 — 4 балла) — проявляет слабый интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к хореографии, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.

- Средний уровень (5 — 8 баллов) — проявляет достаточный интерес к музыкально-ритмической деятельности, у ребенка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита недостаточно.
- Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок проявляет активный интерес к музыкально-ритмическим движениям, показывает высокий уровень способностей к народно-сценическому танцу, развит музыкальный и ритмический слух.

Промежуточная аттестация: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям на определённом этапе освоения программы (раздел/тема/полугодие).

Формы проведения: контрольные вопросы, выполнение практического задания.

Теоретическая часть (вопросы):

- правила поведения в хореографическом зале;
- понятие «музыкальное вступление»;
- позиции рук классического танца (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции);
- марш по кругу, в рисунке;
- упражнения на середине по диагонали, по прямой.

Практическая часть:

- упражнения на ориентировку в хореографическом зале, движение в заданном рисунке (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);

- элементы партерной гимнастики;
- упражнения с использованием элементов логоритмики;
- упражнения для укрепления мышц спины;
- ролевые игры с использованием элементов хореографии и логоритмики.

Система оценки для промежуточного контроля (промежуточной аттестации):

- Минимальный уровень (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, положение головы, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности. Быстрая утомляемость, неустойчивое внимание.

- Средний уровень (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает неточности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в танцевальную деятельность. Средняя утомляемость и снижение двигательной активности.

- Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Устойчивость внимания, физическая выносливость, двигательная активность.

Итоговая аттестация: выявление уровня усвоения детьми всего программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы. Срок проведения: по итогам завершения программы (конец апреля - начало мая).

Форма проведения: контрольное (открытое/зачётное) занятие, концерт.

Теоретическая часть:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса: demi и grand plie;
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

основные танцевальные позиции рук (1, 3 позиции) и ног (1, 6 позиции).

Практическая часть:

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошами, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

Система оценки для итогового контроля (итоговой аттестации):

- Минимальный уровень (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
- Средний уровень (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.
- Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

Критерии оценки:

- уровень развития музыкальности и чувства ритма;
- знание теоретического материала, включая основы классического и народного экзерсиса и правила техники безопасности при занятиях танцами и на сцене;
- физическая выносливость и активность;
- правильность выполнения танцевальных движений и танцевальных композиций;
- эмоциональная отзывчивость в соответствии с характером танца (артистичность);
- коммуникативные качества в общении с партнёрами по танцу.

Оценочные материалы (приложение 1)

**Календарный учебный график
(6-8 лет)**

№ п\п	Месяц	Число и время занят ий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия		Место провед ения	Форма контроля
					Раздел	Тема		
I. Вводная часть – 2 ч.								
1	Январь	По расписанию	Теория	1	1.1. Техника безопасности.	Техника безопасности.	Музыкальный класс	Контрольные вопросы
			Практика	1	1.2. История танца.	История танца.		
II. Игрогимнастика – 48 ч.								
2	Январь	По расписанию	Практика	2	2.1.Общеразвивающие упражнения	Игροгимнастика	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика		
3	Январь		Практика	2		Комплексные упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Комплексные упражнения		
4	Февраль		Практика	2		Специальные упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Специальные упражнения		
5	Февраль		Практика	2		Разминка в шагах		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Разминка в шагах		
6	Февраль	По расписанию	Теория	1	2.2. Упражнения без предмета	Понятие о марше Ритмический счет	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Построение перестроение		
			Практика	2				
7	Февраль		Практика	2		Акробатические упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Акробатические упражнения		
8	Март		расп	Практика		2		2.3. Игры и упражнения

			Практика	2		Построение перестроение		упражнения
9	Март		Практика	2		Игроритмика Простейшие движения руками в различном темпе «Птицы мои птицы»		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика. Простейшие движения руками в различном темпе движения руками в различном темпе		
10	Март	По расписанию	Практика	2	2.4.Упражнения на расслабление мышц: дыхательные, на укрепление осанки	Общеразвивающи е упражнения	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Упражнения на расслабление мышц		Контрольные вопросы и упражнения
11	Март		Теория	1		Образно- танцевальные Композиции: «Рыбачок», «Кузнечик»		
			Практика	2				
			Практика	2		Комплексные упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
12	Апрель		Теория	1		Упражнения с предметом (лента, обруч, мяч)		
			Практика	2		Упражнения с предметом (лента, обруч, мяч)		Контрольные вопросы и упражнения
13	Апрель		Практика	2		Ритмические упражнения с предметом		
			Практика	1		Ритмические упражнения с предметом		
III. Пальчиковая гимнастика – 22 ч.								
14	Апрель	По расписанию	Практика	2	3.1.Общеразвивающие упражнения	Игрогимнастика Общеразвивающи е упражнения	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения

			Практика	2		Игрогимнастика Общеразвивающи е упражнения	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
15	Апрель	По расписанию	Теория	1		Гимнастические элементы		
			Практика	2		Ритмические упражнения в различных комбинациях: «Солнышко лучистое», «Весельчак», «Ромашки»		
			Практика	2				
16	Апрель		Практика	2	3.2. Упражнения пальчиками с речитативом; игра на музыкальных инструментах	Пальчиковая гимнастика	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
17	Май	По расписанию	Теория	1		Подвижные игры		
			Практика	2		Образно- танцевальная композиция		
18	Май		Практика	2		Подвижные игры		
19	Май	По расписанию	Практика	2	Подражание	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения	
			Практика	2	Соревнования			
IV. Музыкально-подвижные игры – 32 ч.								
20	Май	По расписанию	Практика	2	4.1. Ролевые ситуации	Ролевые ситуации	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
						Комплексные упражнения		
21	Июнь		Практика	2		Музыкально подвижные игры		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Образные игры: «Дождь», «Поезд, «Самолет», «Волны»		

22	Август		Практика	2		Общеразвивающие упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Общеразвивающие упражнения		
23	Сентябрь	По расписанию	Теория	1	4.2.Подражания	Техника безопасности	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика		
24	Сентябрь		Практика	2		Пальчиковая гимнастика		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика: «Зеркало», «Ручеек», «Найди предмет», «Волк и зайцы»		
25	Сентябрь	По расписанию	Практика	2	4.3.Соревнования	Музыкально-подвижные игры	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика: «Бусы», «Иголка и нитки»		
26	Сентябрь		Теория	1		Разминка в шагах		Контрольные вопросы и упражнения
		По расписанию	Практика	2	4.4.Подвижные и образные игры	Акробатические упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игроритмика	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
27	Октябрь		Теория	1		Методика танцевальных шагов	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Ритмические упражнения		

			Практика	2		Танцевальные шаги		
V. Танцевально-ритмическая гимнастика-14ч								
28	Октябрь	По расписанию	Практика	2	5.1. Образно-танцевальные композиции	Рольевые ситуации. Подражание	Музыкальный	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Рольевые ситуации. Подражание		
29	Октябрь		Практика	2		Игроритмика. Пальчиковая гимнастика		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Танцевально-ритмическая гимнастика		
30	Октябрь		Теория	1		Танцевально-ритмическая гимнастика		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2				
			Практика	2		Образно-танцевальные композиции		
31	Ноябрь		Практика	2		Комплексные упражнения		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Комплексные упражнения		
32	Ноябрь		Практика	2	5.2. Комплексные упражнения	Игроритмика Подвижные игры	Музыкальный класс	Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Игрогимнастика		
33	Ноябрь		Теория	1		Игрогимнастика		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Пальчиковая гимнастика		
34	Ноябрь		Практика	2		Упражнения с предметами		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Рольевые ситуации Образные игры		
35	Декабрь		Практика	2		Упражнения без предмета. Игροгимнастика		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Подражания		
36	Декабрь		Практика	2		Музыкально-подвижные игры		Контрольные

			Практика	2		Комплексные упражнения		вопросы, упражнения, концерты, открытые (контрольные) занятия
			Практика	2				
			Практика	2				
	Итого			120 ч				

**Календарный учебный график
(9-12 лет)**

№ п\п	Месяц	Число время прове- дения занят ия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия		Место проведени	Форма контроля
					Раздел	Тема		
I. Вводное – 1 ч.								
1	Январь	По расписанию	Теория	1	1.1.Инструктаж по технике безопасности.	Знакомство с правилами поведения на занятиях и на сцене	Актный зал	Контрольные вопросы
II. Беседа по хореографическому искусству – 2 ч.								
2	Январь	По расписанию	Теория	1	2.1.История русского балета	Слушание и анализ танцевальной музыки. Понятия об особенностях балета.	Актный зал	Контрольные вопросы и упражнения
			Теория	1				
					2.2. История современного балета	Разбор стилей современного балета		
III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 ч.								

3	Январь	По расписанию	Теория	1	3.1. Гимнастика	Гимнастика с усложненными формами координации движений	Актовый зал	Контрольные вопросы
4	Февраль		Практика	2		Растяжки, наклоны и другие слитные гимнастические упражнения.		
			Практика	2				
			Практика	2				
5	Февраль		Теория	1		Гимнастические упражнения. Слушание музыки и музыкальное мышление и воображение		
			Практика	2				
			Практика	2				
6	Февраль		Специальные упражнения	Контрольные вопросы и упражнения				
			Разминка в шагах					
			Практика			2		
7	Февраль		Понятие о марше	Контрольные вопросы и упражнения				
			Построение, перестроение					
		Практика	2					
8	Март	Акробатические упражнения	Контрольные вопросы и упражнения					
		Соревнования						
		Практика		2				
9	Март	Перестроение из колонны. Упражнения на координацию движений	Актовый зал	Контрольные вопросы				
		Партерная гимнастика. Виды						
		Практика			2			

			Практика	2		свободной пластики		
10	Март		Практика	2		Общеразвивающ		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2		Упражнения на расслабление мышц		
11	Март		Теория	1		Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении		Контрольные вопросы
			Практика	2				
12	Апрель		Практика	2				
		Теория	2	3.2.Слушание	Жанры музык альных произведений	Актный зал	Контрольные вопросы и упражнения	
V.Танцевальная азбука – 38 ч.								
13	Апрель	По расписанию	Теория	1	4.1.Элементы классического танца	Ритмические упражнения с предметом	Актный зал	Контрольные вопросы
			Практика	2				
14	Апрель		Практика	2		Партерная гимнастика		Контрольные вопросы
			Практика	2				
15	Апрель		Теория	1		Ритмические упражнения в различных комбинациях	Контрольные вопросы и упражнения	
			Практика	2				
16	Апрель		Практика	2		Общеразвивающ	Актный зал	Контрольные вопросы
17	Май		Теория	1		Освоение парного исполнения Элементы		Контрольные Вопросы и упражнения
			Практика	2				

		По расписанию	Практика	2		народного танца			
18	Май		Теория	1		Экзерсис народного танца. Основные элементы народного танца.		Контрольные Вопросы и упражнения	
			Практика	2					
			Практика	2					
19	Май		Практика	2	4.2. Элементы народного танца	Танцевальные движения в русском танце	Актный зал	Контрольные вопросы	
20	Май		Практика	2		Приемы Соревнования «Переплясность»		Контрольные вопросы	
			Практика	2		Народный танец «Полечка», «Стирка», «Хоровод»			Контрольные Вопросы и упражнения
21	Июнь		Практика	2					
			Практика	2		Движения в паре, освоение свободной пластики			Контрольные вопросы
22	Август		Практика	2					
			Практика	2					
V. Композиционные основы танца – 41 ч.									
23	Сентябрь	По расписанию	Теория	1	5.1.Детские балльные танцы	Понятие музыкальности, эмоциональности и выразительности. Организация основ танцевальных движений	Актный зал	Тестирование	
			Практика	2				Контрольные вопросы	
			Практика	2					
24	Сентябрь		Практика	2		Освоение		Контрольные	

		Практика	2		парного исполнительства	вопросы и упражнения
25	Сентябрь	Практика	2		Народный танец «Русский лирический»	Контрольные вопросы
		Практика	2			
26	Сентябрь	Практика	2		Детские балльные танцы	Контрольные вопросы и упражнения
		Практика	2		Образные вариации в танце	Контрольные вопросы
		Практика	2		Приемы освоения мимики и жестов	Контрольные вопросы
27	Октябрь	Практика	2		Переплясности, фигуры в танце	Тестирование
		Теория	1	5.2.Образные танцы 15ч	Разбор образных вариаций движений. Композиция «Кукляндия»	Контрольные вопросы
		Практика	2			
		Практика	2			
28	Октябрь	Практика	2		Композиция «Я рисую», «Солдатский танец», «Диско», «рок-н-ролл»	Контрольные вопросы и упражнения
		Практика	2		Хореографические импровизации	Контрольные вопросы
29	Октябрь	Практика	2		Танцевально-ритмическая гимнастика	Тестирование и упражнения
30	Октябрь	Теория	1		Образно-танцевальные композиции	Контрольные вопросы
		Практика	2			
31	Ноябрь	Практика	2		Комплексные упражнения	
		Практика	2			
VI.Творческая деятельность - 22 ч.						

32	Ноябрь	По расписанию	Теория	1	6.1.Игровые этюды	Понятие «Танцевальная импровизация». Алгоритм сочинения танцевальных движений	Актовый зал	Контрольные вопросы
			Практика	2				
33	Ноябрь		Теория	1		Конкурс танца. Самостоятельное сочинение фрагментов танца		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2				
34	Ноябрь		Практика	2		Хореографические импровизации		Контрольные вопросы
			Практика	2				
35	Декабрь		Практика	2		Танцевальные компьютерные игры		Контрольные вопросы
			Практика	2				
36	Декабрь		Практика	2		Использование информационных технологий и оборудования в танце		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2				
37	Декабрь		Практика	2		Видеосъемка на занятиях и мероприятиях с дальнейшим анализом. Создание танцевальных клипов.		Контрольные вопросы и упражнения, концерты, открытые занятия, контрольные занятия.
			Практика	2				
Итого				120 ч				

Календарный учебный график
(13-18 лет)

№ п\п	Месяц	Число время прове- дения занят ия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия		Место проведени	Форма контроля
					Раздел	Тема		
I. Вводное – 1 ч.								
1	Январь	По расписанию	Теория	1	1.1.Инструктаж по технике безопасности.	Знакомство с правилами поведения на занятиях и на сцене	Актный зал	Контрольные вопросы
II. Беседа по хореографическому искусству – 2 ч.								
2	Январь	По расписанию	Теория	1	2.1.История русского балета	Слушание и анализ танцевальной музыки. Понятия об особенностях балета.	Актный зал	Контрольные вопросы и упражнения
			Теория	1				
					2.2. История современного балета	Разбор стилей современного балета		
III. Гимнастика и элементы музыкальной грамоты – 40 ч.								
3	Январь	По расписанию	Теория	1	7.1.Гимнастика	Гимнастика с усложненными формами координации движений	Актный зал	Контрольные вопросы
			Практика	2		Растяжки, наклоны и другие слитные		
			Практика	2				

4	Февраль
5	Февраль
6	Февраль
7	Февраль
8	Март
9	Март
10	Март

По расписанию

Практика	2
Практика	2
Теория	1
Практика	2
Практика	2
Теория	1
Практика	2
Практика	2
Практика	2
Практика	2
Практика	2
Практика	2

3.2. Построение перестроение

гимнастическ е упражнения.
Гимнастическ ие упражнения. Слушание музыки и музыкальное мышление и воображение
Специальные упражнения
Разминка в шагах
Понятие о марше
Построение, перестроение
Акробатически упражнения
Соревнования
Перестроение из колонны. Упражнения на координацию движений
Партерная гимнастика. Виды свободной пластики
Общеразвивающ е упражнения Упражнения на расслабление мышц

АКТОВЫЙ

зал

Контрольные вопросы и упражнения
Контрольные вопросы и упражнения
Контрольные вопросы и упражнения
Контрольные вопросы и упражнения
Контрольные вопросы
Контрольные вопросы и упражнения
Контрольные вопросы и упражнения

11	Март		Теория	1		Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении		Контрольные вопросы
			Практика	2				
12	Апрель		Практика	2				
			Теория	2	7.2.Слушание	Жанры музыкальных произведений	Актовый зал	Контрольные вопросы и упражнения
V.Танцевальная азбука – 38 ч.								
13	Апрель	По расписанию	Теория	1	4.1.Элементы классического танца	Ритмические упражнения с предметом	Актовый зал	Контрольные вопросы
			Практика	2				
14	Апрель		Практика	2		Партерная гимнастика		Контрольные вопросы
			Практика	2				
15	Апрель		Теория	1		Ритмические упражнения в различных комбинациях	Контрольные вопросы и упражнения	
			Практика	2				
16	Апрель		Практика	2		Общеразвивающие упражнения	Актовый зал	Контрольные вопросы
17	Май		Теория	1		Освоение парного исполнения Элементы народного танца		Контрольные Вопросы и упражнения
			Практика	2				
			Практика	2				
18	Май		Теория	1			Экзерсис народного танца.	Контрольные Вопросы и
			Практика	2				

			Практика	2		Основные элементы народного танца.		упражнения
19	Май		Практика	2	4.2. Элементы народного танца	Танцевальные движения в русском танце	Актовый зал	Контрольные вопросы
			Практика	2				
20	Май		Практика	2		Приемы Соревнования «Перепляснос ть»		Контрольные вопросы
			Практика	2				
21	Июнь		Практика	2		Народный танец «Полечка», «Стирка», «Хоровод»		Контрольные Вопросы и упражнения
			Практика	2				
22	Август		Практика	2		Движения в паре, освоение свободной пластики		Контрольные вопросы
			Практика	2		Общеразвиваю упражнения		Контрольные Вопросы и упражнения
V. Композиционные основы танца – 41 ч.								
23	Сентябрь	По расписанию	Теория	1	5.1.Детские балльные танцы	Понятие музыкальности, эмоциональ- ности и выразитель- ности. Организация основ танцевальных движений	Актовый зал	Тестирование
			Практика	2				Контрольные вопросы
			Практика	2				
24	Сентябрь		Практика	2		Освоение парного исполнитель- ства		Контрольные вопросы и упражнения
			Практика	2				
25	Сентябрь		Практика	2		Народный танец «Русский лирический»		Контрольные вопросы
			Практика	2				

26	Сентябрь	По расписанию	Практика	2	5.2.Образные танцы 15ч	Детские бальные танцы	Актовый зал	Контрольные вопросы и упражнения					
			Практика	2		Образные вариации в танце		Контрольные вопросы					
			Практика	2		Приемы освоения мимики и жестов		Контрольные вопросы					
27	Октябрь		Практика	2		Переплясности, фигуры в танце		Контрольные вопросы					
			Теория	1									
			Практика	2									
			Практика	2									
28	Октябрь		Практика	2		Композиция «Я рисую», «Солдатский танец», «Диско», «рок-н-ролл»		Контрольные вопросы и упражнения					
			Практика	2									
29	Октябрь		Практика	2					Хореографические импровизации	Контрольные вопросы			
			Практика	2									
30	Октябрь		Теория	1					Танцевально-ритмическая гимнастика Образно-танцевальные композиции	Тестирование и упражнения			
			Практика	2									
31	Ноябрь		Практика	2					Комплексные упражнения	Контрольные вопросы			
			Практика	2									
VI.Творческая деятельность - 22 ч.													
32	Ноябрь		По расписанию	Теория					1	6.1.Игры этюды	Понятие «Танцевальная импровизация» Алгоритм сочинения	Актовый зал	Контрольные вопросы
		Практика		2									

					танцевальных движений		
33	Ноябрь	Теория	1		Конкурс танца. Самостоятельное сочинение фрагментов танца		Контрольные вопросы и упражнения
		Практика	2				
34	Ноябрь	Практика	2		Хореографические импровизации		Контрольные вопросы
		Практика	2				
35	Декабрь	Практика	2		Танцевальные компьютерные игры		Контрольные вопросы
		Практика	2				
36	Декабрь	Практика	2		Использование информационных технологий и оборудования в танце		Контрольные вопросы и упражнения
		Практика	2				
37	Декабрь	Практика	2		Видеосъемка на занятиях и мероприятиях с дальнейшим анализом. Создание танцевальных клипов.		Контрольные вопросы и упражнения, концерты, открытые занятия, контрольные занятия.
		Практика	2				
Итого			120 ч				

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации данной программы имеются методические, наглядные, дидактические пособия, раздаточные материалы.

Методические материалы включают в себя:

- методические пособия и учебные пособия по истории танца и обучению современному танцу;
- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

Дидактические материалы: иллюстрации; фотографии; видео - аудиозаписи; фонограммы, CD, DVD диски, кассеты.

Учебно-методическое обеспечение программы:

- литература по детской педагогике и психологии, хореографии (теоретические методические и практические аспекты работы с детьми);
- учебники по классическому, народно сценическому и современному танцу;
- фоно- и видеотеки, а также работы по художественно-творческому развитию личности ребенка;
- костюмы;
- атрибуты для выступлений (шарфы, платочки, обручи, ленты).

Список литературы

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. и план мероприятий по её реализации» (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- **Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу с 01.03.2023 и действует по 28.02.2029).**
- **Приказ Минобрнауки России от 25 октября 2013 г. № 1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам».**
- Приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей» (в редакции приказа Департамента образования города Москвы от 24 октября 2022 г. № 898).

- Устав организации,
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности,
- локальные акты организации.

Основная и дополнительная литература:

- 1.Бекина С.И., Ломова Т.П. , Соковнина Е.Н.
Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1981. – 155 с.
- 2.Бекина С.И., Ломова Т.П. , Соковнина Е.Н.
Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1983. – 205 с.
- 3.Руднева С.Д., Соболева Г.Н., Ушакова З.Н., Раевская Е.П., Царькова В.Г.
Музыкально - двигательные упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1991. – 221 с.
- 4.Дубянская Е.М. Нашим детям. - М.: Изд-во Музыка, 1985. - 78 с.
- 5.Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения. В 2-х частях.- М.: Владос, 2001. – 109
- 6.Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 1985. – 190 с.
- 7.Бондаренко И. Музыкальные игры в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2009. -165 с.
- 8.Бодраченко И. Пальчиковые игры. Авторское издание. - М., 2001. - 20 с.
- 9.Дубянская Е.М. Подарок нашим малышам.М.: Изд-во Музыка, 1975. - 55 с.
- 10.Циркова Н. Рисунок танца. - М., 2003.
- 11.«СА-ФИ-Дансе» Ж.Е.Фирилёва, Е.Г.Сайкина, Санкт-Петербург Детво-Пресс 2006 г. – 318 стр.
- 12.«Рисунок танца» Н.Циркова художественное творчество г.Москва 2003 г.-39стр.
- 13.«Логопедическая ритмика», Н.А.Рычкова г.Москва изд. «Гном и Д» 2000 г.-32 стр.
- «Ритмика» С., Руднева, Э.Фиш, г. Москва Просвещение 1972г.-328 стр.
14. «Театр всевозможного», А.И.Буренина, г.Санкт-Петербург 2002г.-116 стр.

Интернет-ресурсы:

«Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы)

<http://dvagilev.arts.mos.ru/education>

[activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0](http://dvagilev.arts.mos.ru/education/activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0)

[%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B8%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%](http://dvagilev.arts.mos.ru/education/activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%D0%BB%D0%B5%D1%82)

[D0 %B5%D1%86%204-6%D0%BB%D0%B5%D1%82](http://dvagilev.arts.mos.ru/education/activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%D0%BB%D0%B5%D1%82) pdg.pdf;

«Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3-6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного

образования). <http://st.educom.ru/eduoffices/gatewavs/get>

[file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F -FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiva.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.- v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf](http://st.educom.ru/eduoffices/gatewavs/getfile.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiva.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf)

Методы обучения, используемые в программе.

Логоритмика.

Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх (Приложение 2).

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Партерная гимнастика.

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики. (Приложение 3)

Танцевальные движения.

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы.

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются, как правило, изученные танцевальные движения. **(Приложение 4)**

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе,

игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве. **(Приложение 5)**

Прямо к бабушке за стол

(Летим по залу, как самолеты, музыка внезапно **Примерный план организации занятия танцевальных занятий.**

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

ЛОГОРИТМИКА. Упражнения и стихи.

«Путешествие в сказочный лес»

Педагог: Я Вам рада, в лес сегодня заглянуть нам надо

Посмотреть на елочки, на стройные иголочки

Мишку, зайчика, лисичку по-проведать, не забыть

И лягушку, и квакушку стороной не обходить.

Всем приветы передать, в гости их к себе позвать

Крепко за руки взялись, в путь дорожку собрались.

(Дети встают в пары)

Вместе дружно мы идем

Вместе песенку поем

Вместе весело живем

Вместе в лес гулять пойдем.

(Дети в парах идут друг за другом, вытягивая и держа спинку, у мальчиков рука на поясе, у девочек на юбочке)

На полянку мы пришли

Вы ребята, молодцы!!

Выберем себе пенечки

Соберем здесь все грибочки.

(Упражнение на приседание «сели, встали»)

Сели, встали

Сели, встали

Потянулись, позевали

Другу ручкой помахали

Улыбнулись, побежали!

Мы бежали, мы бежали

Ножки лихо поднимали

Ручки за спину сложив,
 И соседа удивив.
 (Дети встают в круг, руки на поясе, и проделывают все по тексту, а затем начинают бег по кругу)
 Долго с вами мы бежали
 Медвежонка увидали!
 (Из числа детей выбираем одного ребенка и укладываем его на спинку, как мишку, все остальные дети вокруг него)
 Мишка, Мишка
 Спи, малышка
 Мы тихонечко бежим
 Сон твой сладкий сторожим.
 (Дети вокруг медведя, бег на полу-пальцах)
 Спать медведя положая, продолжаем мы гулять
 В чащу леса забрели и комариков нашли!
 (Играет музыка, дети хлопают в ладоши, ловят комариков, упражнение на громко-тихо, динамические оттенки)
 Комарики, комарики, летаете весь день
 Сейчас надуем шарик мы, для всех своих друзей!
 (Дети взяли за руки. Игра «Надуем шар»)
 Надувайся, шар, надувайся большой
 Оставайся такой и не лопайся!
 (Постепенно усложняем задачу и добавляем притопы и хлопки)
 В шар садимся мы с друзьями
 Пролетаем над горами
 Над лесами и полями.
 (Дети встают в тесную кучку и машут руками, приветствуя всех вокруг, далее импровизационно дети разлетаются по залу)
 Что за птицы в небе синем, высоко-высоко
 Это мчатся самолеты, далеко-далеко
 Звезды ясные сияют, под крылом-под крылом
 Наши славные пилоты, за рулем-за рулем.
 Самолет летит, самолет гудит
 Уууууууууууууу, я лечу в Москву
 Командир-пилот, самолет ревет
 Уууууууууууууу, я лечу в тайгу.
 -Полетали? (дети: да!)
 -Приземлились? (дети: да!)
 А теперь нам всем пора
 Лягушата в гости ждут
 На большом лесном болоте
 Песнь с квакушкой поют
 (Педагог в центре, дети вокруг)
 К маме все вы повернулись
 Квакнули - ква, переглянулись
 К маме прыгаем сейчас-
 Веселая семья у нас!
 К маме спинкой повернулись
 Квакнули - ква, переглянулись
 На прогулку все сейчас-

Дружная семья у нас!!!!

(Сначала все по тексту, затем дети прыгают в полном приседе в центр и из центра. Игра может иметь развитие - вокруг болота «с кочки на кочку». Ориентация в пространстве, двигательные навыки)

-Интересно Вам в лесу?

-Да!!!!

-Наверное, еще погуляем по нему?

-Да!!!!

-Кто еще же здесь живет?

Лисичка, зайчик, волк, енот

Много бабочек, кукушек

Львят, мышат и саранчи!

А сейчас устроим танцы

Все зверята, молодцы!!!

(Импровизация по заданию):

-Ползаем, как мышки

-Рычим, как львята

-Летаем, как бабочки

-Танцуем, как лисички.

-Танцевали и летали

Песни пели и рычали

Притомились мы немного

Сядем, выдохнем немного!

- Ветер сильно вдруг подул, деревца качаются

Потемнело уж в лесу, дождик начинается!

- Прыгаем по лужам: прыг-прыг-прыг

И садимся в поезд: чух-чух-чух

Проверим мы колесики: тук-тук-тук

Отправляемся домой, по дороженьке ночной!

«На деревне у бабушки»

Педагог: Соберем мы всех ребят
Ведь они уже не спят
Поиграем мы чуть-чуть
Соберемся вместе в путь.

Чтоб никто не заблудился
Крепко за руки взялись
В путь дорожку собрались.

(Встаем в круг и беремся за руки, двигаемся по кругу, вытягивая стопы, и держим спинки, макушкой тянемся вверх)

-самолет построим сами
Пролетим над городами
Пронесемся над полями
Над макушками деревьев
Над опушками лесов
И в любимую деревню

останавливается, и дети смотрят по сторонам, педагог подзывает детей к себе и все вместе очень тихо передвигаются по залу, разглядывая, куда они приехали)

Мы приехали к бабуле, в ее славный, теплый дом
Выйдем с другом в огород фруктов, овощей нарвем.

Взялись дружно мы за дело
Посадили репку смело
Лук, огурчики, картошку
И зеленого горошка!

(Дети встают на свои места)

Куры-куры: ко-ко-ко
Мы снесли яички
Ку-ку-кушайте, ко-ко,
Детки-невелички.

(Смена мест)

Помидор на грядке, делает зарядку
Как здоровье помидор? - Хорошо, в порядке
Весь вспотел, но не устал, от зарядки красным стал.

(Смена мест)

В огороде шум-шум-шум
Зайка, зайка: хрум-хрум-хрум
Прыг-прыг-прыг по пням, по пням
Съел морковку-ням, ням, ням

(плие, хлопают по коленкам, плие, плечики, прыжки, два приседания, хлопочки голова направо, налево)

Раз малинка, два малинка - прямо у окошка
Раз малинка, два малинка - целое лукошко
Только надо рано встать, чтоб лукошко то собрать.

(3 притопа - 2раза, вокруг себя - 2раза)

Высоко кричит синичка, ой, как выросла клубничка
Нужно быстренько срывать, полетела деток звать!

(Полу-пальцы, наклоны вперед)

Что за грохот - бум-бум-бум - яблочко упало!
В травке яблочко найдем, чтобы не пропало.

(Притопы, руки к полу)

Мы черничку соберем в папин день рождения
Сварим папе поскорей вкусное варенье
Скажет папа: «Молодцы!», всем подарки-леденцы!

(Собираем пальчиками ягодки, мешаем поварешкой в кастрюле, прыгаем и хлопаем в ладоши)

Мы висели под дождем, капал дождик ночью, днем
Чтоб краснели мы и спели, чтоб скорей нас детки съели
Всех помыл нас дождь сейчас, мы чернички - ешьте нас!

(Тянемся ручками наверх, затем показываем, какие мы красивые, и как нас съели)

Чесночок наш, чесночок, ой, как горько-горько!
Чесночок наш, чесночок, ест теленок Борька
Нам скажи-ка почему? Чтобы сильным быть му-му!!!

(Упражнение на мимику все по тексту)

Ходит по полю бычок, вкусно пахнет, как лучок!
В носике щекочется, скушаю, раз хочется!

(Ходим вокруг себя на месте, как бычки, за вторым разом расходимся по залу)

-К бабушке вернемся в дом, пирожки мы испечем

Надо теста взять в ладошки, помесить его немножко

В печке нужно подержать и немножко подождать!

(дети ложатся на пол, на животики, а ножки в «бабочку» и слушают рассказ про гнома, отвечают на вопросы)

Кто живет под потолком?- Гном

У него есть борода? – Да

А манишка и жилет? – нет

С кем он утром кофе пьет? – Кот

С кем он бегает по крыше? – Мыши

И давно он там живет? – Год

Он капризничает, да? – Никогда

Но, а как его зовут? – Спрут.

(Повторяем несколько раз)

«Кисти»: Есть у нас капуста,

Большая капуста

Мы капусту режем, режем

Мы капусту солим, солим

Мы капусту трем, трем

Мы капусту мнем, мнем

Полежали, погуляли

В огороде побывали

Всех цыпляток покормили

И бабуле угодили!!!

Упражнение для плеч.

Тита-тита-тита-та

Вышла кошка за кота,

За Кота Котовича,

За Петра Петровича.

За котом не худо жить,

Ему портков не надо шить,

Для Кота Котовича,

Для Петра Петровича.

Все захлопали в ладошки

Дружно, веселее.

Застучали наши ножки

Громче и быстрее

По коленочкам ударили

Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем

Выше, выше, выше.

Завертелись наши ручки,

Снова опустились,

Покружились, покружились,

И остановились.

(Дети выполняют все движения согласно тексту)

Самолеты загудели (руки в стороны, наклоны влево и вправо)

Самолеты полетели (вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)

На полянку тихо сели (присесть, руки к коленям)

Да и снова полетели (летим по кругу вокруг себя)

У-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у

(Летим по залу, трек № 054 «кто же такие птички»)

Раз, два, три

Место ты свое займи.

Закружились, завертелись (покружиться на месте)

Белые снежинки,

Вверх взлетели белой стаей (поднять руки)

Мягкие пушинки (покружиться на носках).

Чуть затихла злая выюга (опустить руки, встать прямо)

Улеглись повсюду (присесть, руки к полу)

Заблестали, словно жемчуг (встать, руки вперед).

Все дивятся чуду (развести руки в стороны)

Заискрились, засверкали (руками «ножницы»)

Белые подружки,

Заспешили на прогулку (шаги на месте)

Дети и старушки.

(сначала со стихотворением, а затем движение под музыку)

Танцевальные движения №1

Мы на карусели сели,

Завертелись карусели.

Пересели на качели,

Вверх летели (встали, потянулись вверх)

Вниз летели (присели на корточки)

Вверх летели,

Вниз летели.

А теперь с тобой вдвоем (изображаем, как на лодке плывем)

Мы на лодочке плывем.

Ветер по морю гуляет (машем вытянутыми вверх руками),

Нашу лодочку качает (руки на пояс, покачать всем телом)

Танцевальные движения №2

Чок-чок каблучок, (потопать ножками)

В танце кружится сверчок, (покружиться)

А кузнечик без ошибки (играем на скрипке)

Исполняет вальс на скрипке,

Крылья бабочки мелькают. (машем руками как крыльями)

С муравьем она порхает, (кружимся на подскоках)

Приседает в реверансе, (поклон)

И опять кружится в танце. (покружиться)

Под веселый гопачок
Лихо пляшет паучок.
Звонко хлопают ладошки. (хлопаем в ладоши)
Всё! Устали наши ножки (сесть или наклониться вперед, руки свесить вниз).

Упражнение на ритмические рисунки: «Дождь»

(вместе стучим кулачками по полу и ходим топаем)

Тихий-тихий дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный ливень кап-кап-кап.
Гром! Гром! (хлопаем)
В небе молния блестит! (руки вверх)
(на динамические оттенки – громко-тихо, быстро-медленно)
Вы ребята не устали? (НЕТ)
Дружно тучку мы прогнали? (ДА)
На полянке сядем мы,
Переждем до темноты

Упражнение - хлопущка.

Комар баню топил,
Блоха парилась,
В бане блоха парилась
Об потолок ударилась.
Ой-ой-ой, не могу
Потяните за ногу,
Запрягайте два кота,
Да я поеду до попа.
Я попу все расскажу
Да белу ручку покажу.

«Партерная гимнастика»

Упражнение на стопы

1.
Стопы наши не копытца,
Нужно им пошевелиться.
Раз, два, три, четыре, пять
(Сократи) Натяни стопу опять
(натянутые с удержанием, сокращенные с удержанием)

2. Наши ножки - два птенца
 Вылупились из яйца
 Вместе весело живут
 Дружно песенки поют.

3. Наши ножки хороши,
Поросычьи хвостики,
Веселятся по утрам,
Дарят радость вам и нам.

Упражнение на сгиб и разгиб коленей:

Колени мы сгибаем дружно,
Нам ужа увидеть нужно

Упражнение «складочка»:

В складку ляжем как пантеры,
Руки вытянем и шеи.
Спинка длинная, прямая,
И к коленям прижимая,
Потянись и позевай
И животик прижимай.

«Сундучок (складочка)»:

Сундучок, сундучок
Охраняет паучок
В складочку ложился,
Сундучок закрылся
Раз, два, три
Раз, два, три
Дружно хвостик подними,
И ладошками своими
Путь себе ты проложи.

Упражнение «на кисти»:

Киска когти выпускает,
Мяу-мяу говорит,
Тихо хвостиком виляет
И ушами шевелит.

Упражнение «на руки»:

Крокодил плывет, плывет,
Лапками гребет, гребет,
Растопырил свои лапки,
Потянулся очень сладко,
Позевал, открыл свой рот,
Может рыбка заплывет.

Упражнение «бабочка»:

Бабочка летит по небу,
Крылышками хлопая,
Пять, четыре, три, два, раз,
Прижимай коленочки и таз.

«Бабочка»:

Бабочка красавица
В небо полетела
Крылышки расправила
На капусту села

Упражнение «поднятие ног на 90°, лежа на спине»:

Вот упала черепаха,
И не может она встать,

Мы ребята ей поможем,
Будем ножки поднимать

Упражнение «велосипед»:
Крутим мы педали дружно,
Тигра нам увидеть нужно.

Упражнение «березка»:
Вот жирафы-великаны
Шеи вытянули ввысь,
И держа себя за спину,
К облакам ты потянись.

Упражнение «наклоны, сидя в разномычке»:
Семь лунатиков сидели на луне,
Семь лунатиков свалились во сне.
Как? Вот так!
Один, два, ..., семь!

Упражнение «саранча»:
Спинку выше поднимаем,
Саранча она такая,
Вправо, влево поглядит.
Ляжет мягко – тихо спит.

Упражнение «полу-мостик»:
Вдоль реки от берега
Мост висит из дерева.
Гнет его качает ветер,
По мосту шагают дети!

Упражнение «коробочка»:
Коробочка волшебная
Полна она чудес,
В ней камни драгоценные,
Улыбки, счастье, смех.

«Коробочка»:
Мы в коробку забрались,
Ручки к ножкам потянись,
Спину сильно выгибай,
И головку поднимай.

Упражнение «лодочка» (плюс с удержанием):
По реке, качаясь, лодочка плывет.
Гонит ее ветер все вперед, вперед, вперед.

«Лодочка»:
Лодочка плыла по речке
В ней сидели человечки,

Лодку на волнах качало,
Человечков забавляло.

«Зернышко»:

В поле зернышко лежало,
Прорастало, прорастало,
Появился колосок,
К солнцу тянется росток.

«Ванька-встанька»:

Ванька парень хоть куда
Золотиста голова
Ну-ка, Ванька удиви
Ваньку-встаньку покажи.

«Лягушка»:

Вот лягушка прискакала
Ква-ква-ква она сказала.
Стопы к носу притяни
И лягушку удиви.

«Тараканы (жуки)»:

Паучки как светлячки
Загорелися в ночи,
Лапки весело подняли,
Танцевали, танцевали

«Кошка поднимает лапки»:

Кошка лапку подняла,
Потянулась у окна.
Хвостиком она махнула,
Мышку серую спугнула,
И сказала: Мяу, Мур.
Ты мне больше не балуй!

«Кошка под забором»:

Киска спинку распрямила,
Коготочки распустила,
Пролезая под забор,
Распугала птичий двор!

«Курочка»

Курица-красавица
У меня жила.
Ах, какая умная
Курица была.
Шила мне кафтаны,
Шила сапоги,
Сладкие, румяные пекла мне пироги.
А когда управится,
Сядет у ворот,

Сказочку расскажет, песенку споет.

ИГРЫ

Игра: «Птичий двор!!!»

- Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать
А за ней ребятки, желтые цыплятки
Ко-ко-ко не ходите далеко
Лапками гребите, зернышки ищите
Съели толстого жука, дождевого червяка
Выпили водицы, полное корытце.

(Сначала дети выполняют движения с текстом, а затем оставляем только движения и выполняем их с музыкой)

Игра «Поезд»:

Вот поезд наш мчится, колеса стучат
А в поезде нашем ребята сидят
Чу-чу-чу-чу-чу бежит паровоз
Далеко, далеко ребят он повез.

Но вот остановка, кто хочет? - Слезай
Пойдемте ребята, пойдем погулять.
(Играет музыка, музыка заканчивается - все снова строятся в поезд)

Игра «Машина»

(Дети встают по 4 человека, один из которых шофер)
Машина, машина

Идет, гудит
В машине, в машине
Шофер сидит

Вот поле, вот речка
Вот лес густой
Приехали дети
Машина, стой!!!!

(И еще несколько раз по залу)

Сюжетно-образные танцы.

Ниже приведены описания некоторых сюжетно-образных танцев.

Танец «Рыбачок»

Песня «Любитель-рыболов» (в исп. Детского хора)

	И.п. – сидя по-турецки, лицом в круг
Вступление	«закидывают удочку»
1 куплет	сидя с вытянутыми руками («держат удочку»), слегка раскачиваются в такт музыке

Припев	И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.
На слова «тра-ля-ля»	ударяют носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу) – 8 раз.
На повторение музыки	то же другой ногой Возвращаются в И.п.
2 куплет	И.п. – сидя по-турецки, руки на затылке
1 фраза	наклон вправо, достать правым локтем правое колено (один раз) – выпрямиться
2 фраза	то же влево
3-4 фразы	наклон вперед, достать локтями пол и выпрямиться – 2 раза
Припев	те же движения, что в припеве
3 куплет	И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.
1-2 фразы	поочередно вытягивать носки вперед
3-4 фразы	одновременно вытягивать носки вперед
Припев:	движения, соответственно, повторяются
Проигрыш	И.п. – сидя на полу, ноги вместе
	Имитация гребли на лодке
На слова «Вся рыба расплывается»	сесть, руки в упор
На последний такт (слова «тра-ля»)	лечь на спину

Танец "Бибика"

Песня «Бибика» (группа «Волшебники двора»)

Проигрыш Едем! Едем! Июньскими тёплыми днями и в мае, и в сентябре Встречаюсь я снова с друзьями в песочнице, во дворе Кто с куклой, а кто с пистолетом, а кто-то приносит слона А я вам скажу по секрету, бибика – игрушка моя! Едем, едем!	На вступление – «выезжаем» и перестраиваемся по своим местам Правой рукой сверху вниз Шаг влево кольцо вверх, также вправо 2 раза поворот и наклон влево, также вправо присесть, обруч положить сидя руки под подбородок выпрыгнуть – ноги врозь, руки вверх-в стороны руки вперед пистолетиком, поворот вокруг себя руки за голову сводить локти 3 раза наклон вперед, руки возле рта сесть взять обруч вытянуть обруч вперед притянуть кольцо к себе выпрыгнуть и правой рукой сделать сверху вниз
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибик, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем!Едем!	Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя Правой рукой сверху вниз
В солдатики я не играю,	Поднимаем прямую левую, затем правую ногу 2 раза

не нужен мне велосипед! Бибику свою я катаю, бибика моя лучше всех! А ночью, когда засыпаю, пускай мне приснится – ХАЙВЕЙ И мама бибику поставит, в гараж под кроватью моей! Едем, едем!	сесть, левую согнуть правую ногу вытянуть вперед выпрямить левую ногу, делать наклоны вперед 4 раза сгруппироваться лечь вперед, кольцо перед собой выпрыгнуть, руки с кольцом вверх, ноги врозь наклон вниз, заведения обруча за ноги 3 раза выпрыгнуть обруч перед собой рукой сверху вниз
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет	Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем, едем! Проигрыш	Перестраиваемся в две колонны и движемся противоходом в обход зала в конце на середине встречаемся, идем парами вперед рукой сверху вниз продолжаем двигаться вперед и на месте кладем внутреннюю руку на плечо впереди стоящему, внешняя рука с кольцом вниз,
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!	Расходимся на два малых круга и снова встречаемся по середине, едем вперед двумя колоннами и становимся на свои места
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем! Едем! Би-БИ!	Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение кольцом справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя рукой сверху вниз В конце с прыжком руки с кольцом вверх

Танец «Тучка»

Песня «Виноватая тучка»

Злую тучку наказали Ты плохая, ей сказали. И она заплакала, Да кап-кап-кап закапала. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Мыши сразу задрожали. Мыши в норы побежали. Полетели птицы вниз, Да птицы сели на карниз. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Пес по имени Барбос Струсил не на шутку. Еле ноги он унес В свою собачью будку.	Грозят указательным пальчиком правой руки, а левая рука – на поясе Кулачками «трут глазки». Локоточки разведены в стороны. 3 хлопка Встряхиваем кистями рук перед глазками. 3 хлопка Встряхиваем кистями рук перед глазками. Имитируют движения мышечек-трусишек Взмахивают ручками-крыльями через стороны вверх-вниз, одновременно пружиня колени. Присели («Плие») Движения те же Имитируют движения собачки, виляющей хвостиком. Кружатся на «дробном шаге» вокруг себя.
--	--

Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Ну а мы с тобой не тужим, Босиком бежим по лужам. Брызги прямо ввысь летят С тучею встречаются. А потом они назад Да с неба возвращаются Припев Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Тучку бедную простили, Тучку с миром отпустили. Тучка плакать перестала, А потом совсем пропала. Припев: Кап-кап-кап дождик прошел Кап-кап-кап дождик прошел Кап, как, кап.	Движения те же «Легким бегом» двигают по кругу против часовой стрелки. Идут врассыпную на свои места. «Пружинка» с поворотом вправо, одновременно раскрывая руки в стороны Те же движения влево. Обе ручки выполняют мягкий взмах от себя. Ручки раскрыты в стороны, мягкие пружинки вправо-влево 3 взмаха кистями рук перед собой Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево 3 взмаха кистями рук перед собой Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево Наклон головы вправо-влево -вперёд.
---	---

Танец «Ромашка»

Песня «Ромашка»

Вступление: дети стоят тройками, взявшись за руки в маленьких кружочках (девочка и два мальчика)

1. Научила на ромашке меня бабушка гадать,

Это очень интересно лепесточки отрывать. (идут тройками по кружочкам, взявшись за руки)

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять! (отходят назад, расширяя кружки – качают головой)

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (подходят – хлопают в ладошки)

Проигрыш: (повторяют движения припева или кружатся по одному - руки "полочкой")

2. Целый день сижу гадаю, даже некогда играть. (девочки делают свой кружочек, в центре зала, идут по кружочку)

Но теперь я про Серёжку всё-всё-всё могу сказать! (мальчики делают ладушки между собой)

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики присели, девочки обходят мальчиков, грозя пальчиком)

Проигрыш: (девочки становятся в середину «лодочки» между мальчиков, качают головой - мальчики идут вокруг девочки)

3. Только кончились ромашки, разлетелись лепестки (Идут тройками по кругу)

Завтра всё начну сначала – берегитесь женихи!

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики хлопают, девочки кружатся)

Припев: Мальчики, взявшись за руки делают окошко для девочки - девочка выглядывает в него, пальчик к щеке, качая головой

Танец «Барбарики»

Песня «Мы друзья» гр. «Барбарики»

Вступление – дети выбегают подскоками в "свою" шеренгу, на "свое" место (четвертая и вторая шеренга) выполняют прыжки с хлопками над головой, в конце фразы – «твист», приседая;

выбегают дети из 3 и 1 и все – прыжки и «твист»; (4 шеренги по 6 чел. в каждой или 3 шеренги по 6 чел.).

А "...Если друг не смеется" - **1и 3** шеренги выполняют полуприседание, **опуская** чуть разведенные прямые руки, пальцы в стороны; **2и 4** - **поднимают** прямые руки в стороны вверх, пальцы разведены; (**«звёзды мигают»**)

"...Ты включи ему солнце" - поменялись движениями, т.е. те, кто поднимал руки вверх – опускают с «пружинкой», а другие поднимают; до конца 2фр.

"...Ты, исправь ошибку,.. " - ногу ставят на пятку, руками показывают "нос", опускают руки вниз и приставляют ногу (**1и 3** шеренги **вправо**; **2и 4** - **влево**; затем поменяться движениями и до конца 4фр.

Б «..Воскресенье, суббота» - кружатся «лодочкой» со «своей» парой подскоками и возвращаются в **И.П.**

С «..Есть друзья – развести поочередно пр. и л. руки в стороны;

«...А для них» - обе руки прижать к груди и развести в стороны;

«...У друзей нет выходных» - кружатся вокруг себя и в конце – «твист», приседая;

А «..Если свалится счастье» - каждая шеренга образует кружок и двигаются подскоками, взявшись за руки (в 4 углах зала);

Б – кружатся подскоками парой; с окончанием музыки останавливаются лицом в круг;

С – то же в «своем» кругу;

Д – «..Если каждый друг по кругу – перестраиваются в общий круг и идут в ритме музыки, взявшись за руки;

Б – кружатся со «своей» парой в общем кругу;

С – то же в общем кругу;

Заключение – перестраиваются в «свою» шеренгу, прыжки с хлопками и «твист»; в конце все поднимают «раскрытые» руки вверх.

Танец «Гномики»

Детская студия «Дельфин»

ВСТУПЛЕНИЕ – сидят на полу в один ряд, «чинят» и «шьют» игрушки.

I КУПЛЕТ:

«Есть на свете гномики...» - двигаются поскоками вперед, руки на поясе.

«Строят они домики...» - продолжают движение «топотушками» к своим местам (три или четыре ряда в «шахматном» порядке)

«Под землей они живут...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню), приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ:

«Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед)

«Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку(спина прямая), перетоп (наклоняются вперед)

«Приходите в мой дом...» - кружатся поскоками, взяв правой рукой кончик колпачка

II КУПЛЕТ:

« Нарядилась гномиком...» - двигаются поскоками по кругу и возвращаются на свои места

«Я надена колпачок...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню),приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ:

«Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед)

«Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку(спина прямая), перетоп (наклоняются вперед)

«Приходите в мой дом...» - кружатся поскоками, взяв правой рукой кончик колпачка

ПРОИГРЫШ - перестраиваются в шеренгу – по росту друг за другом, руки согнуты в локтях, кулачки сжаты.

III КУПЛЕТ –

«Где же, где же гномики, гномики, гномики...» - наклоняются в стороны (1,3,5.... —направо 2,4,6...-налево), одновременно выпрямляя руки и разжимая кулачки. Возвращаются в исходную позицию. Повторяют движения в другую сторону (1,3,5...-налево; 2,4,6...- направо). Возвращаются в исходную позицию.

«Я накрыла столики, столики, столики...» - повторение движений

«Угощу я их печеньем и малиновым вареньем...» - поскоками двигаются по кругу занимают свои места в «шахматном» порядке

ПРИПЕВ - повтор движений

ПРОИГРЫШ - двигаются поскоками по кругу

ПРИПЕВ – повтор движений

ПРОИГРЫШ – двигаясь поскоками по кругу, разбирают игрушки и садятся на пол в один ряд. «Чинят» и «шьют» игрушки. Встают и кланяются.

"У леса на опушке".

Дети стоят по залу врассыпную

У леса на опушке жила зима в избушке – правую ногу в сторону на пятку, наклон корпуса к ноге, руками «распашонка», то же к др. ноге

Она снежки солила, в березовой кадушке – перед собой «лепят» снежки

Она сучила пряжу, она ткала холсты- моторчик вправо, влево.

Ковала ледяные да над реками мосты – руки в стороны, затем хлопок над головой 4 р.

Припев:

Потолок ледяной - руки на поясе, 2 шага вправо

Дверь скрипучая- 2 шага влево

За шершавой стеной тьма колючая - ладошка к ладошке, «шуршим» у одного ушка, затем у другого

Как шагнешь за порог- руки на поясе, 2 шага вправо

Всюду иней-2 шага влево

А из окон парок синий- синий- покружились вокруг себя.

На быструю часть припева- то же самое, только по 1 шагу в стороны.

2 куплет - движения из 1 куплета, припев-тот же.

В конце взяли за руки все, бегут по залу змейкой.

Танец «Дикари»

(музыка В. Шаинского, слова М.Львовского из кинофильма «Завтрак на траве»)

Участвует любое количество детей.

Вступление: Дети встают по залу в шахматном порядке.

1 куплет. Между нами... прыжок вверх с одновременным выбрасывания рук и ног в разные стороны

Дикарями говоря... «бьют» себя по груди кулаками в ритм музыке.

Спать в кроватях... снова прыжок с выбрасыванием рук и ног

Только тратить время зря...поворачиваются вокруг себя широко расставив ноги, раскачиваясь из стороны в сторону («неваляшки»)

Нам под крышей...руки резко поднять вверх, посмотреть наверх

Плохо спиться... присесть, постучать кулаками по полу

Надо братцы ...перестраиваются в 2 линии лицом к зрителям

Припев: и у края пропасти... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит и тоже «всматриваются вдаль»

И у тигров пасти... первая линия всматривается вдаль, беря «под козырек», вторая приседает

Не теряйте бодрости... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит и тоже «всматриваются вдаль»

И верьте в счастье...прыжок вверх , руки вверх, ноги в стороны

Проигрыш: перестраиваются в круг, идут по кругу, изображая движение «кукарача» в конце снова выстраиваются в 2 линии лицом к зрителям
Повтор припева: тот же
Проигрыш: образуют круг, садятся «по-турецки», лицом в круг
2 куплет: Между нами... ритмично выбрасывают руки вверх, смотрят на них
Дикарями говоря... стучат кулаками об пол
Захотелось... снова руки вверх
Антрекота в сухарях... стучат кулаками об пол
Жизнь лесная ... снова руки вверх
Развивает аппетит... стучат кулаками об пол
Хоть клубникой... снова руки вверх
Припев: все дети наклоняются вперед, руки сложены вместе и вытянуты вперед (поклоняются вождю), солист танца выходит в середину круга и танцует любые движения
3 куплет: не пугают... все дети поднимаются и двигаются ритмично по кругу друг за другом, движение «кукарача»
И в июле... начинают перестроение и выстраиваются в шахматном порядке, лицом к зрителям

Припев: и у края... ритмичное выбрасывание рук поочередно вверх, при этом пританцовывая
И верьте в счастье... прыжок вверх, руки-ноги в стороны
Поклон.

Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

Понятие хореографии как искусства

Хореографическое искусство – это очень объемное понятие, которое содержит балет, искусство народного современного танца.

Хореография сформулировала целую систему специфических средств и приемов, свой художественно выразительный язык, с помощью чего создается *хореографический образ*, который возникает из музыкально ритмичных движений. Он имеет условно обобщенный характер и раскрывает внутреннее состояние и духовный мир человека. Основу хореографического образа составляет движение, которое непосредственно связано с ритмом.

Специфической особенностью искусства хореографии является ее непосредственная связь с музыкой, которая помогает раскрыть хореографический образ во всей яркости и полноте, влияет на его темпо-ритмичное построение.

При анализе музыкального искусства шла речь о существовании важной связи композитор – исполнитель. В хореографии эта связь значительно усложняется, ведь между композитором и исполнителем появляется фигура хореографа. Именно этот «тройной союз» и делает хореографию видом искусства.

Первые свидетельства о зарождении искусства хореографии отсылают нас к глубокой давности, когда в доисторические сутки танец выполнял определенную ритуальную функцию. Эта тенденция имела свое продолжение и развитие в культурах Древних Египта и Греции, тогда как в Древнем Риме танец уже начинает восприниматься как зрелище.

Средневековье налагает на хореографическое искусство табу – запрещение, хотя народный танец, невзирая на любые препятствия, продолжает свое развитие (эта ситуация в известной мере стала основой для известного романа В. Гюго «Собор Парижской Богоматери»).

Процесс возобновления искусства хореографии связан со временем Возрождения, но настоящее его развитие начинается в XVII ст., когда во Франции была создана Королевская академия танца (1661).

Академией была разработана основная система классической хореографии и заложен фундамент балета (от фр. и лат. – танцую), который имеет свою жанровую структуру.

Хореография – это своеобразная *метатеория* балетного искусства, которое рядом с классическим и народно - характерным танцем использует элементы пантомимы и тому подобное.

Становление искусства балета

Становление и развитие искусства балета связаны с культурами Италии, Англии, Австрии и особенно Франции. Именно в этой стране начался процесс отделения балета от оперы и предоставления балетному искусству статуса самостоятельной отрасли хореографии.

Основателем классического балетного искусства был французский балетмейстер Ж.Ж. Новерр, который отстаивал идею синтеза между танцем и музыкой. По мнению Новерра, именно синтез предопределял создание полноценного хореографического образа.

Ведущими школами классического балета в начале XIX ст. становятся *итальянская* и *французская*, которые совершенствуют, развивают на новом уровне основные принципы балета XVII–XVIII ст., ведут поиски новых средств и приемов, значительно усложняют технику прыжка, вращения, и тому подобное.

Процесс развития балетного искусства XIX ст. имел взаимовыгодный характер. Да, поиски, которые происходили в европейской хореографии, стимулировали становление этого вида искусства в России, которая впоследствии приведет к обратному процессу – влиянию искусства российского балета на западно-европейский («Российские сезоны» в Париже).

Плодотворно работали в России западные балетмейстеры Ш. Дидло (1767–1837), который поставил много разножанровых представлений и воспитал таких звезд балетного искусства, как А. Истомина (1799–1848) и Е. Телешова (1804–1857), и А. Сен-Леон (1821–1870).

Последующий расцвет балета происходит во второй половине

XIX – в начале XX ст. и связан прежде всего с именем М. Петипа (1818–1910), который осуществил новаторские балетные постановки. Всемирное признание Петипа принесли балеты «Спящая красавица» и «Лебединое озеро» (в соавторстве с Л. Ивановым), а имена О. Преображенской, М. Кшесинской, П. Гердта вошли в историю балетного искусства.

Новый этап в развитии российского балета связан с именем О. Горского (1871–1924) – постановщика балетов «Дон Кихот» и «Саламбо». Он отказался от обветшалых приемов пантомимы, предпринял действие более четким и более динамическим, начал активно вовлекать в художественное оформление своих спектаклей известных художников, в частности К. Коровина и О. Головина.

Анализируя искусство хореографии, следует отметить, что оно представлено не только классическим балетом, но и непосредственно повязано и с традициями народного

танца, который воспроизводит в движении и пластике специфику национального самосознания (*ансамбль танца им. П. Вирского*).

Яркая страница в развитии искусства народного танца связана с традициями испанской национальной культуры, в частности с деятельностью хореографа и танцовщика А. Гадеса, в творчестве которого объединились искусство классического балета и уникальное явление испанской культуры – искусство *фламенко*.

Следовательно, искусство хореографии постоянно развивается и видоизменяется, ведь язык пластики, язык танца, которым владеют ее ведущие художники, будет всегда привлекать внимание и вызывать восхищение у зрителей всего мира.

Великие хореографы и танцоры

Как стать великим танцором? На этот вопрос, пожалуй, вам никто не сможет ответить, даже сами великие танцоры мира. Если же все-таки задаться целью выяснить, как каждый из них стал великим, то мы быстро найдем ответ на этот вопрос. Каждый из них с раннего детства много и долго занимался, начиная с изучения классической хореографии, заканчивая созданием собственной, неповторимой танцевальной манеры.

Майя Плисецкая – великая русская балерина XIX - XX веков. Первый этап жизни великой танцовщицы был связан с ежедневными тренировками, травмами. В балетах ей доставались лишь небольшие роли. Она пришла в Большой театр, где начала отрабатывать новые классические партии, которые в скором времени принесли ей огромный успех и всемирную славу. Второй этап ее жизни и творчества – хореографическая деятельность и выступления на большой сцене в балетах "Кармен", "Анна Каренина", "Дама с собачкой", "Болеро", "Аве Мария" и во многих других. Хореографы всего мира ставили свои лучшие спектакли именно для нее. И все же «Лебединое озеро» принесло ей большой успех, чем остальные балеты, ведь люди во всем мире помнят и знают невероятную пластику тела и руки Майи Михайловны Плисецкой, которые будто живут самостоятельно, отдельно от тела балерины.

Морис Бежар - величайший хореограф современности, его называют "поэтом вольного, сильного, мужского танца, живым классиком, балетным гуру". Профессиональные танцоры говорят о том, что М. Бежар является самым жестоким хореографом XX века. Дело в том, что танцы, которые ставит М. Бежар, очень сложны в исполнении и требуют от танцора колоссальной отдачи и физических затрат. Его постановки отличаются современностью, хаотичностью, философичностью. Многие говорят о том, что М. Бежар создал собственную философию танца.

Игорь Моисеев – великий танцор, хореограф, создатель ансамбля народного танца, который сейчас называется его именем. В 1937 году был создан ансамбль, а в 1943 - школа-студия народного танца. И. Моисееву удалось показать всю красоту народного танцевального искусства. По сути он создал новый жанр, который называется академический народный танец. Ансамбль Игоря Моисеева уже давно стал достоянием Российской культуры. Движения участников ансамбля не только четки и отточены. Ансамбль отличается поразительной синхронностью. Каждый танец представляет собой маленький спектакль, который имеет завязку, развитие, кульминацию и развязку.

Красота и сила, четкость хореографического мастерства, колоссальная энергетика, талант и эксцентричность, все это составляющие таланта великих танцоров мира.

Виды современных танцев

Танец живота (bellydance)

Это женский танец, обладающий большой терапевтической пользой. Его родиной считается Древний Египет. По другой версии, танец живота индийского или цыганского происхождения, а в последнее время — повальное всемирное увлечение, распространившееся благодаря своей полезности, коррективке фигуры.

Танец живота — это набор изолированных движений мышц, «главный эффект» которого, по мнению известного учителя танцев Мохаммеда Гадави — созерцание подвижной и гибкой талии.

С медицинской точки зрения танец очень полезен для женского организма: усиливая кровоснабжение внутренних органов малого таза, он выступает хорошим средством профилактики гинекологических заболеваний. Развивая мышцы таза и тазового дна, он существенно облегчает роды. Кроме того, танец живота — признанное средство лечения и профилактики целлюлита.

Брейк данс

Танцевальная часть мировой культуры хип-хоп. Зародился он в Нью-Йорке в 1969 году под названием «Good Foot», когда Джеймс Браун продемонстрировал публике свой знаменитый танец «Get on the Good Foot».

Брейк данс — зрелищная танцевальная часть хип-хоп-культуры. В переводе с английского — ломаный танец. Делится он на Botton (нижний, брейкинг) и Top (верхний). Первый весьма травмоопасен и требует хорошей физической подготовки, включает сложные акробатические элементы: вращение на голове, прыжки на руках со сменой опоры, обороты на руках или на одной руке на 360, 720 и более градусов, вращение ног вокруг своего тела с опорой на руки и т. д.

Второй больше требует развитой пластики и артистизма — например, waving имитирует волны, проходящие по всему телу и его отдельным частям, а в таком стиле как king tut между телом и руками, плечом, предплечьем и запястьем дозволены только прямые углы.

Латина

Зажигательный клубный танец, синтезированный из множества народных латиноамериканских, а также стандартизованных балльных европейских танцев.

Латина — модный танец современной клубной аудитории. Он адаптирован к популярной молодежной музыке. Включает в себя наиболее яркие зажигательные движения кубинской румбы, веселые наклоны самбы, знаменитый ритм ча-ча-ча и другие элементы популярных танцев Южной Америки. Кроме того, в латину входят и движения испанского пасодобля — танца, имитирующего корриду. Есть в ней и свинговая веселость сверхбыстрого американского джайва.

От естественных латино-американских танцев латина унаследовала зажигательный характер, а клубная эстетика сделала латину очень энергичной. Получился игривый, задорный танец, он быстро подчинил себе танцующую молодежь и стал неотъемлемой частью музыкальной поп-культуры.

Клубный танец

Производная от различных современных танцевальных практик, позволяющая двигаться под любую клубную музыку.

Музыкальная эклектика, смешение стилей обозначили необходимость танца, который умело вписывался бы в многообразие изменчивых темпов и ритмов современной музыки.

Клубный танец — это несколько наборов определенных движений в том или ином стиле (hip-hop, locking, house, funk, r'n'b и др.) с возможностью собственного сочинительства, импровизации. Клубный танец — это модное универсальное умение органично танцевать и на домашней вечеринке, и на дискотеке, и в элитном ночном клубе; оно основано на знании новейших танцевальных техник.

R&B

Самый модный танец на Западе, танцевальная составляющая шоу-бизнеса таких звезд, как Jastin Timberlake, Mariah Carey, Shakira, B2K и других.

Rnb — ритм и блюз, танцевальное зрелище, популярное MTV-культурой. Оно базируется на основе техник хип-хопа, фанка и джаза, но имеет собственное специфическое движение — так называемый «кач».

«Кач» напоминает о фривольности, показных манерах в городской негритянской эстетике США. Технически «кач» вызывается изолированным напряжением мышц живота, в то время как остальные мышцы тела расслаблены и производят впечатление развязности, беззаботности танцора.

Хип-хоп

Движения под музыку, наряду с брейк-дансом, выступающие танцевальной основой современной культуры хип-хоп. С 1981 года хип-хоп существует не только как популярное молодежное увлечение, но и как танцевальная конкурсная дисциплина. Жизнерадостный и энергичный, неагрессивный танец.

Для него характерны разнообразные прыжковые движения, пружины («hip-hop» — подскакивать, мелко прыгать), подчиненные интенсивному биту. Благодаря постоянной интеграции музыкальных стилей, техника хип-хопа находится в непрерывном развитии: впитывает в себя элементы соседних танцевальных практик (верхний брейк, диско) и стремится к большей выразительности и свободе, несмотря на жесткую привязанность к ритму.

Темы теоретических занятий

Вводные занятия.

Педагог знакомит детей с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося для занятий танцами.

Танцы народов мира.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии:

Бальные танцы - танго, вальс, самбо, бассанова.

Особенности восточного танца - Турция, Сирия, Египет.

Классический танец - история балетного искусства, танец - как вид искусства, искусство миллионов.

Современные танцы XX века - рок - н - ролл, свободные танцы, джаз, хип-хоп, контемпорари, танец модерн.

Танец сегодня.

Беседы знакомят с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени.

Самая титулованная пара России Тимохин Дмитрий и Анна Безикова. Вечернее танго в Буэнос-Айресе. Стремление быть не как все (Московская академия хореографии) Светлана Захарова. Музыкальная таблетка (о лечебной силе музыки). Жизненная энергия, шоу - балет «Тодес» (энергия танца, составляющая часть здоровья). Две грани искусства. На всё нужна сноровка (о курьёзах во время выступления на сцене). Учитель танцев. Танец живота - красота и здоровье. Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать (психотерапевтическая роль танца).

Игровые технологии.

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф. Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живет.

С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение - это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности.

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры.

Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере «о каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны в хороводе и в фигурном танце с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение.

Игровые технологии программы:

- Сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания учащегося к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, игры на развитие актерского мастерства.

Интегрированные занятия.

Совместный процесс прослушивания музыки помогает мне заинтересовать и приобщить обучающихся к танцевальной культуре, подсказать неожиданные замыслы будущих танцев детям, которые делают творческие попытки и пробы самостоятельного сочинения танцевальных произведений. Учитывая принцип дидактики, учебный материал для

программы отбирался с точки зрения его доступности, жизненности, практической воспитательной направленности.

Данное занятие было создано для обучающихся прошедших программу, для детей, которые уже имеют определённый баланс знаний по хореографии, музыке, литературе. Занятия способствуют непринуждённому получению навыков, развивают «самость», снимают перенапряжение и утомляемость за счёт переключения на разнообразные виды деятельности. Вид деятельности учащийся может выбирать самостоятельно, педагог только предлагает. На занятиях учащиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация - один из главных элементов данного занятия. Если учащийся изучает по программе восточный танец или современный, то на занятиях предлагается придумать и смоделировать костюм, изобразив его на бумаге, или изобразить костюм для себя с учётом своей индивидуальности, а так же предлагается пофантазировать о новой постановке танца, когда педагог предлагает новую мелодию или учащийся приносит на занятие понравившуюся ему музыку.

Преимущество интегрированных занятий:

- повышают мотивацию, формируют познавательный интерес, что способствует повышению уровня обученности и воспитанности учащихся;
- способствует формированию целостной танцевальной картины мира;
- способствуют развитию музыкальных умений и навыков;
- позволяют систематизировать знания;
- способствуют развитию в большей степени, чем обычные уроки, эстетического восприятия, воображения, внимания, памяти, мышления учащихся (логического, художественно-образного, творческого);
- обладая большой информативной емкостью, способствуют увеличению темпа выполняемых учебных операций, позволяют вовлечь каждого школьника в активную работу на каждой минуте урока и способствуют творческому подходу к выполнению учебного задания;
- помогают увеличить границы самостоятельного творчества, содействовать личностному самоопределению.

Репетиционно - постановочная работа

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр дисков и работу с отстающими в танцах детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование детей в начале года по принципу «нравится» - «не нравится», «интересно- не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела "Танец сегодня".

Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем, поэтому мы много времени уделяем современной хореографии.

Итоговые занятия

В итоговые занятия входят выступления детей на мероприятиях различного уровня, (центр, район, округ, город).

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Тестовые вопросы (6-8 лет).

1. Какой из перечисленных танцев не является русским народным?

- а) Барыня;
- б) Кадриль;
- в) Хоровод;
- г) **Гопак.**

2. На сколько счетов исполняется танец вальс?

- а) четыре
- б) **три**
- в) пять
- г) два

3. Название какого танца произошло от названия города?

- а) лезгинка
- б) полька
- в) **краковяк**
- г) румба

4. Какой счет используется чаще всего при постановке всех видов танцев?

- а) два
- б) четыре
- в) шесть
- г) **восемь**

5. Какой народный танец положен в основу танца пасадобль?

- а) **испанский**
- б) русский

- в) японский
- г) молдавский

6. В какой стране придумали танец летка-енка?

- а) Россия
- б) Польша
- в) **Финляндия**
- г) Германия

7. Кто является основоположником классического балета в России?

- а) Морис Бежар
- б) **Мариус Петипа**
- в) Юрий Григорович
- г) Игорь Моисеев

8. Какой из перечисленных танцев не является частью европейской программы по бальным танцам?

- а) вальс
- б) танго
- в) фокстрот
- г) **румба**

9. Сколько балерин исполняют партию «маленьких лебедей» в балете «Лебединое озеро»?

- а) **4**
- б) 8
- в) 10
- г) 6

10. Какой танец зародился на основе «дворовых танцев»?

- а) шейк
- б) твист
- в) **брейк-данс**
- г) вальс

Варианты ответов: г)б),в)г),а).в),б),г),а),в).

Тестовые вопросы (9-12 лет)

1. Какой из перечисленных танцев не является частью латиноамериканской программы по бальным танцам?

- а) Румба;
- б) Самбо;
- в) **Вальс;**
- г) Пасадобль.

2. Кто считается одним из основоположников стиля «модерн»?

- а) Анна Павлова;
- б) Вацлав Нижинский;
- в) Михаил Барышников;
- г) **Айседора Дункан.**

3. Какой из перечисленных танцев не является русским народным?

- а) Барыня;
- б) Кадриль;
- в) Хоровод;
- г) **Гопак.**

4. Для какой балерины композитор Щедрин написал балет «Кармен»?

- а) Нина Ананиашвили
- б) **Майя Плисецкая**

в) Ульяна Лопаткина

г) Галина Уланова

5. На сколько счетов исполняется танец вальс?

а) четыре

б) **три**

в) пять

г) два

6. Название какого танца произошло от названия города?

а) лезгинка

б) полька

в) **краковяк**

г) румба

7. Какой счет используется чаще всего при постановке всех видов танцев?

а) два

б) четыре

в) шесть

г) **восемь**

8. Какой народный танец положен в основу танца пасадобль?

а) **испанский**

б) русский

в) японский

г) молдавский

9. В какой стране придумали танец летка-енка?

а) Россия

б) Польша

в) **Финляндия**

г) Германия

10. Кто является основоположником классического балета в России?

а) Морис Бежар

б) **Мариус Петипа**

в) Юрий Григорович

г) Игорь Моисеев

11. Какая балерина была звездой «Дягилевских сезонов» в начале 20 века?

а) Галина Уланова

б) Майя Плисецкая

в) **Анна Павлова**

г) Марина Семенова

12. Какой из перечисленных танцев не является частью европейской программы по бальным танцам?

а) вальс

б) танго

в) фокстрот

г) **румба**

13. Какое количество танцев входит в состав латино-американской и европейской программ?

а) 12

б) 15

в) **10**

г) 20

14. Сколько балерин исполняют партию «маленьких лебедей» в балете «Лебединое озеро»?

- а) 4
- б) 8
- в) 10
- г) 6

15. Какой танец зародился на основе «дворовых танцев»?

- а) шейк
- б) твист
- в) брейк-данс
- г) вальс

Варианты ответов: г).б),г),б),б),в)г),а),в),б),в),г),в).а),в).

Тематическое планирование занятий студии «Сerpантин»
(продолжительность одного занятия 45 минут)

№ п/п	Тема и тип урока	Кол- во часов	Элементы содержания	Планируемые результаты		Виды деятельн ости
				Предметные	Метапредметные и личностные	
1-2	Виды современного танца. Выразительные средства танца. /Вводный урок	3	•Хип-хоп, джаз, модерн, contemporary, эстрадный танец •Выразительные средства танца: движение тела, жесты рук, мимика лица, позы •Проучивание танцевальной разминки для всех групп мышц •Инструктаж по технике безопасности	Знать •Виды современного танца •Знать и соблюдать правила техники безопасности на уроке Научиться: •Выполнять действия по образцу •Координировать различные виды деятельности в танцевальной комбинации •Правильно выполнять упражнения на развитие пластики, координации, гибкости, выносливости	Метапредметные: •- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах физической деятельности; •- формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; •- формировать умения понимать причины успеха/неуспеха в учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; •- общаться и взаимодействовать со	Физкультурно-оздоровительная деятельность Музыкально-ритмические игры Хореографическая деятельность
3-5	Изучение усложненного комплекса танцевальной классической аэробики /комплексный/	4,5 (7,5)	•Разучивание отдельных движений, танцевальных связок, шагов, переходов, перестроений с усложненной координационной направленностью (упражнения с	Знать: •Запоминать последовательность танцевальной комбинации, выполнять её самостоятельно •Выполнять действия по образцу •Внимательно слушать и выполнять команды учителя •Соотносить движения с музыкой, сочетать движения разных групп мышц со сложной	•- формировать умения понимать причины успеха/неуспеха в учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; •- общаться и взаимодействовать со	

			одновременной работой рук, ног, головы) • Упражнения на шведской стенке	координационной направленностью	сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	
6-9	Постановка танца ко дню учителя «Танцевальный микс». Выступление на празднике, посвященном дню пожилого человека /обучающий/	6 (13,5)	• Упражнения для мышц пресса на шведской стенке • Разучивание основных движений и танцевальных связок разных танцевальных направлений: хип-хоп, джаз, стилизованный народный танец, модерн • Развитие чувства ритма, координационных способностей	Научиться: • Выполнять разные стили танцевальных комбинаций в своем характере • Запомнить последовательность движений в танце • Сочетать разные стили танца в одной композиции Знать: * Движения разных стилей танца: хип-хоп, джаз, стилизованный народный танец, модерн	• - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения ; • - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; • - уметь технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта; • - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; • - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • - находить ошибки при выполнении учебных заданий,	
10-11	Повторение и отработка танца «Танцевальный микс». Выступление на празднике, посвященном дню учителя /комплексный/	3 (16,5)	• Повторение основных движений и танцевальных связок • Развитие чувства ритма, координационных способностей • Упражнения для мышц спины на шведской стенке	Научиться: • Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов • Работать на результат • Выполнять разные стили танцевальных комбинаций в своем характере • Запомнить последовательность движений в танце • Сочетать разные стили танца в одной композиции		

12-14	Изучение комплекса на коррекцию фигуры /комплексный/	4,5 (21)	• Показ учащимся упражнений различной силовой направленности (подтягивания, отжимания, упражнения на пресс, на силу рук, ног) • Упражнения на шведской стенке • Движения по диагонали (различные виды бега, танцевального шага, махи ногами, вращения, различные виды прыжков)	Научиться: • Анализировать своё телосложение, находить в нем проблемные зоны и уметь их корректировать, зная определенный вид физической нагрузки • Работать на результат	отбирать способы их исправления. Личностные: • - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • - сформировать мотивы учебной деятельности и личностного смысла учения; • - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	
15-18	Изучение новых более сложных упражнений партерной и корригирующей гимнастики. Включение в занятие элементов стретчинга. /комплексный/	6 (27)	• Разучивание комплекса упражнений партерной и корригирующей гимнастики, упражнения на удержание рук и ног. • Умение выполнять гимнастические элементы: («мостик», «уголок», «березка», «лягушка», "колесо", "лодочка", "корзинка», «складка»...) • Упражнения на растяжку: шпагат с правой, левой ноги, поперечный шпагат.	Научиться: • Правильно выполнять упражнения партерной и корригирующей гимнастики • Правильно уметь выполнять гимнастические элементы: («мостик», «уголок», «березка», «лягушка» "колесо", "лодочка", "корзинка», «складка»...) • Правильно садиться на шпагат с правой, левой ноги, поперечный шпагат • Правильно дышать во время физической нагрузки Знать: • Упражнения партерной и корригирующей гимнастики	• - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; • - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - сформировать установку на безопасный, здоровый образ жизни.	

19-24	Разучивание танцевальной постановки ко Дню Матери «Мамино сердце» в стиле джаз Выступление на празднике, посвященном Дню Матери /обучающий/	9 (36)	•Прослушивание и подбор музыкального материала для постановки танца •Импровизация под заданный темой музыкальный материал •Разучивание отдельных движений, танцевальных связок, шагов, переходов, перестроений •Рисунок танца •Сочинение танца в стиле джаз	Научиться: •Запоминать последовательность движений в танце, рисунок танца •Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов •Работать на результат •Выполнять движения танца синхронно, четко, одинаково, непринужденно в джазовом характере Знать: •Положения рук, позиции ног в джазовом танце, технику джазового направления		
25-26	Повторение и отработка танца «Мамино сердце». Выступление на празднике, посвященном Дню Матери /комплексный	3 (39)	•Повторение основных движений и танцевальных связок • Развитие чувства ритма, координационных способностей учащихся •Умение двигаться в соответствии с характером музыки, менять движения с началом музыкальной фразы	Научиться: • Запомнить последовательность движений в танце, рисунок танца •Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов •Работать на результат •Выполнять движения танца синхронно, четко, одинаково, непринужденно в джазовом характере Знать: •Положения рук, позиции ног в джазовом танце, технику джазового направления		
27-34	Разучивание техники латиноамериканских	12 (51)	•Прослушивание и подбор музыкального	Научиться:		

	танцев «ча-ча-ча», «самбо», «румбо». Сочинение танца и выступление на новогодней елке. /комплексный/		материала для постановки танца •Развитие музыкальных и координационных способностей •Импровизация под заданный темой музыкальный материал •Разучивание отдельных движений, танцевальных связок, шагов, переходов, перестроений •Рисунок танца •Сочинение танца в латиноамериканском стиле	•двигаться в соответствии с характером музыки •запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца •эмоционально передавать характер музыки •Выполнять движения танца легко, четко, одинаково, непринужденно, весело •Уметь работать в парах •Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов •Работать на результат Знать: • Элементы латиноамериканских танцев		
35-39	Изучение усложненного комплекса танцевальной аэробики с элементами акробатики /комплексный/	7,5 (58,5)	•Изучение отдельных элементов акробатики: кувырок через плечо назад с поджатыми ногами, кувырок через плечо назад с ногами в шпагат, колесо на 1 и 2 руках, прыжки на зависание, прыжки с позировкой в воздухе, стойка на руках, с переходом в «мостик».... •Включение элементов акробатики в	Научиться: •Правильно дышать во время физической нагрузки •Правильно выполнять элементы акробатики •Правильно выполнять различные виды прыжков •Быстро и активно двигаться при исполнении акробатических элементов в танцевальном комплексе Знать: •Элементы акробатики и правильно их выполнять		

			танцевальный комплекс.			
40-47	Разучивание и постановка танца на 23 февраля. Современный танец с элементами акробатики «Солдаты» /комплексный/	12 (70,5)	•Прослушивание и подбор музыкального материала для постановки танца •Развитие музыкальных и координационных способностей •Импровизация под заданный темой музыкальный материал •Разучивание отдельных движений, танцевальных связок с элементами акробатики, шагов, переходов, перестроений •Рисунок танца •Сочинение танца "Солдаты"	Научиться: •Двигаться в соответствии с характером музыки •Запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца •эмоционально передавать характер музыки •Выполнять движения танца легко, четко, одинаково, непринужденно •Уметь работать в парах •Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов •Работать на результат		
48-51	Уроки актерского мастерства. Понятие "Душа танцора". Игры психо-эмоциональной разгрузки /обучающий/	6 (76,5)	•Эмоциональное состояние танцора в разных стилях танца •Мимика, жесты, пантомима - создание образов разных эмоциональных состояний •Этюдные работы учащихся	Научиться: •Двигаться в соответствии с характером музыки •Эмоционально передавать характер музыки •Сохранять образ в течении всего танцевального номера •Самостоятельно импровизировать и сочинять танцевальные этюды с разным эмоциональным содержанием		

52-55	Постановка стилизованного народного танца "Девичий хоровод" ко дню 8 марта /комплексный/	6 (82,5)	•Прослушивание и подбор музыкального материала для постановки танца •Развитие музыкальных и координационных способностей •Импровизация под заданный темой музыкальный материал •Разучивание отдельных движений, танцевальных связок, шагов, переходов, перестроений •Рисунок танца •Сочинение танца "Девичий хоровод"	Научиться: •Двигаться в соответствии с характером музыки •Запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца •Эмоционально передавать характер музыки •Выполнять движения танца спокойно, легко, одинаково, на высоких полупальцах •Уметь работать в парах •Работать в группе, взаимодействуя друг с другом без конфликтов •Работать на результат		
56-57	Беседы о здоровом образе жизни. Роль танца в оздоровлении организма. /комплексный/	3 (85,5)	•Понятие здорового образа жизни •Комплексы упражнений ритмической гимнастики для оздоровления организма	Научиться: •Применять полученные знания в повседневной жизни •Мотивировать и поддерживать здоровый образ жизни		
58-60	Сочинение танцевальной комбинации с элементами ирландской чечетки - River dance /обучающий/	4,5 (90)	•Знакомство с элементами ирландской чечетки - различные виды выстукиваний, работа в линии, взявшись за руки, сохраняя правильную осанку	Научиться: •Правильно выполнять элементы ирландской чечетки •Запоминать последовательность выстукиваний, порядок движений в танцевальной комбинации, сохраняя технику ирландского танца		

61-64	Постановка "Военного вальса" к 9 мая /обучающий//	6 (96)	• Знакомство с вальсовым шагом, вальсовым квадратом. • Движения в паре • Импровизация под заданный темой музыкальный материал • Сочинение "Военного вальса"	Научиться: • Двигаться в соответствии с характером музыки • Запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца • Эмоционально передавать характер музыки • Выполнять движения танца спокойно, одинаково, на высоких полупальцах, кружась в ритме вальса • Уметь работать в парах		
65-68	Постановка танца "Школьный вальс" ко дню окончания школы /комплексный/	6 (102)	• Знакомство с вальсовым шагом, вальсовым квадратом. • Движения в паре • Импровизация под заданный темой музыкальный материал • Сочинение "Школьного вальса"	Научиться: • Двигаться в соответствии с характером музыки • Запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца • Эмоционально передавать характер музыки • Выполнять движения танца спокойно, одинаково, на высоких полупальцах, кружась в ритме вальса • Уметь работать в парах		
69-70	Повторение пройденного материала. Подведение итогов года.	3 (105)	• Повторение всех танцевальных постановок за год • Повторение комплексов партерной и корригирующей	Научиться: • Двигаться в соответствии с характером музыки • Запоминать и выполнять под музыку лексическое содержание танца		

			гимнастики, комплекса на коррекцию фигуры, танцевального комплекса с элементами акробатики. ● Умение применять полученные знания в школьной и повседневной жизни	● Эмоционально передавать характер музыки ● Применять полученные знания в повседневной жизни		
--	--	--	--	--	--	--