

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ**

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ХОРЕОГРАФИЯ «МИР ТАНЦА»**

**Программа ориентирована на детей от 3 до 7 лет.**

**Срок реализации: 4 года**

Автор-составитель:

Юскаева Алсу Фаннуровна, музыкальный руководитель

г. Тюмень, 2023

**Содержание**

Пояснительная записка…………………………………………….............3

Цели и задачи программы………………………………………….............4

Годовой календарный учебный график…………………………............. .7

Учебно-тематический план……………………………………….............. 8

Содержание программы……………………………………………...........12

Организационно-педагогические условия реализации программы........20

Планируемые результаты……………………………………….................20

Методическое обеспечение программы (материально-техническое обеспечение………………………………...................................................20

Список литературы…………………………………………………….......21

**Пояснительная записка**

«…Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объем информации, поступающий из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводит к нарушениям его  регулирующей функции!» (Ю. Змановский).

Доказано, что дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной активности».

И именно занятия хореографией помогают творчески  реализовать  эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление  и воображение ребенка.

Данная программа состоит из несколько уровней.

Все уровни программы предполагают обучение детей разного возраста (от 3-х до 7 лет), рассчитанное на один год, в ходе которого идет освоение уровня программы в соответствии с возрастом ребенка. Первый уровень программы - «Игра - начало театра», последующие два уровня «Искусство танца» и завершающий уровень «Развитие личности ребенка средствами хореографии».

**Цели и задачи программы**

Образовательная **цель** программы: привить интерес дошкольников к хореографическому искусству, развить их творческие способности, посредством танцевального искусства.

Воспитательная **цель** программы: профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка.

Развивающая **цель** программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности; воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и чувство собственного достоинства. **А так же** способность выразить свое собственное восприятие музыки и свою неповторимую индивидуальность, научиться «мыслить» своим телом.

Существуют общие **задачи** курса, когда в процессе занятий любого уровня стоят такие задачи, как: воспитывать положительные эмоции, обогащать музыкально - ритмическую деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения простейших цепочек танцевальных движений, развивать объем внимания и фантазии. Очень важно и физиологически необходимо для ребенка дать тему контрастов в музыке и движении (тихо - громко, весело - грустно, медленно - быстро), развить и подготовить все группы мышц ребенка к занятию хореографией, укрепить мышечную силу.

Задачи расширяются по уровням обучения.

***Первый уровень программы «Игра – начало театра»*** обучение детей 3-х лет ставит следующие задачи: подготовка ребенка к овладению навыками «мышления телом». Ребенок этого возраста легко возбуждается от обилия впечатлений, различных знаний, быстро устает, лучше запоминает то, что эмоционально окрашено и интересно. У ребенка формируется потребность более основательного и активного знакомства с окружающим миром. Опыт музыкально-ритмической деятельности минимальный, но все же позволяет детям проявить себя и свои действия. Они уже знают, что можно слушать музыку, петь песню, танцевать танец, играть... Двигательный аппарат не сформировавшийся, слабая мышечная сила, преобладают движения малой амплитуды. Основные движения: ходьба, бег, подпрыгивание - имеют общий характер. Движения в медленном характере исполняются с трудом. Для работы с детьми этого возраста очень подходят русские пестушные игры и сказки (“Ладушки, ладушки”, “Ай, туки, туки, туки”, “Колобок”, “Курочка ряба”, “Сорока - белобока”), пальчиковые игры на мелкие движения кисти и крупные движения. Для лучшего восприятия и запоминания ребенком материала и облегчения его воспроизведения, все движения педагогом даются в образной интерпретации, а занятия строится по типу тематических блоков.

Примерный перечень тематических блоков можно найти в Приложении к программе.

Занятие проводятся один раз в неделю (первая половина дня) по 15 минут.

***Курс «Искусство танца»*** рассчитан на два года для детей 4 и 5 лет и позволяет педагогу расширить рамки задач. На первом году обучения по данному курсу ставятся следующие **задачи:**

**Перед педагогом:** продолжать работу над развитием ритмичности и выразительности движений, пространственной ориентации, формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровых ситуаций, привычку и потребность к двигательной активности у ребенка, совершенствование нервных процессов детей, организация «школы» движений, обеспечить мотивацию детей к выразительному и эмоциональному исполнению репертуара, этюдов и игр.

**Перед детьми:** стремиться согласованно исполнять упражнения и танцевальные элементы друг с другом и в паре, при коллективном исполнении, самостоятельно и выразительно исполнять предлагаемый для разучивания по курсу репертуар.

Дети этого возраста становятся физически более крепкими, подвижными. Их внимание устойчивее. Они имеют определенный круг знаний об окружающей действительности, что способствует самостоятельности мышления обогащению образного мира.

Уровень двигательной деятельности продолжает развиваться. Движения приобретают более очерченный характер, дети лучше координируют, способны соединить движения в определенный последовательный ряд. Откликаются на разнохарактерные образы в музыке и движении, хорошо чувствуют смену темпа, настроения, но передача ритмического рисунка еще вызывает затруднение. В содержание занятий вводится «партерная» гимнастика для укрепления всех групп мышц.

Занятия “Искусство танца” проводятся два раза в неделю по 15-20 минут.

Дети 5-и лет занимаются по данному курсу второй год. На этом уровне стоят следующие **задачи:**

**Педагогические:** следует формировать и развивать навыки общения в паре, большое внимание уделять теме «Танцевальный этикет», самостоятельному использованию опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях, добиваться целостности в исполнительстве, создавать условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу. Принципы полового обучения и воспитания определяют характер и содержание занятий (мускулинность – для мальчиков и феминность – для девочек). Очень важно подчеркивать во время занятий, что партнер бережно относится к партнерше, что танец это взаимодействие мальчика и девочки, отражение характера взаимоотношений. Музыка и движение неразделимы: музыка “дает команды” движению, а движение раскрывает музыку. Воспитывать культуру движения через мышечное ощущение, а также через потребность ребенка включаться в движение всем двигательным аппаратом.

Ребенок этого возраста физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями. У него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется потребность в разнообразии тем, характеров, а также индивидуальных проявлений. Улучшается память, элементы творчества проявляются во всех видах деятельности. В процессе знаний по “Искусству танца” у детей данного возраста можно использовать такие упражнения психогимнастики, как “Закрылись - открылись”, “Злюка”, “Скучно, скучно так сидеть”, «Зеркало». Очень важно помнить, что ничего приблизительного в танцах нет. Это означает, что с первого дня информацию для детей следует доносить с помощью точной терминологии, акцентировать внимание, что каждое движение имеет начало и окончание, свое настроение, амплитуду, характер, историю. Предлагаемый репертуар для изучения детьми отличается разнообразием в композиционном и лексическом отношении. Отдельные, наиболее яркие и любимые детьми номера включаются как дивертисмент в открытое занятие по курсу «Театр Танца»

Занятия проводятся два раза в неделю по 20-25 минут.

**Задачи** курса обучения для детей подготовительной к школе группе, заключительного уровня комплексной программы «Развитие личности ребенка средствами хореографии. Театр Танца», следующие:

самостоятельно исполнять законченные танцевальные композиции, демонстрировать способность исполнять танец, движение образно, выразительно, в соответствии с темпом, характером и стилем музыкального произведения. Самостоятельно импровизировать под предлагаемую музыку, принимать участие в создании хореографических миниатюр и театрализаций на открытом занятии.

Заключительное открытое занятие является не самоцелью, а результатом долгой, кропотливой работы, закономерно вытекающим из всей работы по программе. Педагог в подборе репертуара для итогового занятия исходит из возможностей и заинтересованности своих воспитанников. Каждый год меняется тематика итоговой встречи, репертуар, используемый для него, герои и образы. Дети сами могут принимать участие в оформлении зала на занятиях ИЗО, изготавливают элементы костюмов совместно с родителями.

Театр Танца — это не только сочетание и последовательность танцевальных элементов, организованных музыкальным материалом, но перед педагогом стоит главная задача – раскрытие посредством хореографии, пластики тела, мимики, жеста образов, подсказываемых музыкой и задуманных постановщиком танца. Каждый танец становиться маленьким спектаклем, подчиненным законам режиссуры - завязка, развитие действия, кульминация, развязка. Дети раскрывают идею, образы танца, а не просто механически запоминают последовательность движений и композиционное построение его. Сложность работы в этом направлении заключается в подборе лексики танца, постоянном поиске характерных новых и простых, одновременно движений, точно отражающих характер, стиль и образ танца. И здесь на помощь приходит совместное творчество педагога и ребенка, их совместный поиск. Дети с их неисчерпаемой фантазией, обладающие уже навыками владения телом (6-7 лет) очень часто становятся "соавторами" таких композиций. В решении этой задачи помогает и использование музыкальных произведений со словами (фонограммы песен), которые вносят дополнительную эмоциональность в исполнение детьми, а также являются способом подкрепления запоминаемого материала. Танцы для дошкольников этого возраста могут быть разными: массовыми и парно-массовыми (исполняются в основном на одном рисунке при минимальном использовании танцевальных движений). Образно-игровыми (в них достаточно развернута композиция рисунка), сюжетно - ролевыми (с различными персонажами и характерными для них движениями). Танцы, создаваемые для детей должны быть не сложными, понятными и привлекательными, с элементами игр, образами, понятными для детей этого возраста. Практический опыт подсказывает, что в группах есть дети, которые способны исполнять более сложный, по сравнению с остальными танец, индивидуально или парой, тройкой. Индивидуальная работа с этой группой детей ярче раскрывает возможности и личности каждого ребенка.

Не оставляется без внимания и программные танцы, для отработки навыков и умений у детей с целью дальнейшего совершенствования их координации движений, развитию двигательной памяти, эмоционально - волевой сферы и подготовки их психических процессов к школе.

Занятия по курсу проводятся 2 раза в неделю по 25-30 минут.

**Годовой календарный учебный график**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Период/возрастная группа** | **3-4 года****младшая группа** | **4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет средняя/старшая/подготовительная группы** |
| октябрь | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| ноябрь | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| декабрь | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| январь | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| февраль | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| март | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| апрель | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| май | 1 раз в неделю/4 занятия в месяц | 2 раза в неделю/8 занятий в месяц |
| Итого в год | 32 занятия | 64 занятия |
| Продолжительность занятий | 15 минут | 15-20 минут/20-25 минут/25-30 минут |

**Учебно-тематический план по курсу "Игра - начало театра" для детей 3 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** |
| " Азбука танца" | Постановка корпуса |
|  | Ходьба |
|  | Бег |
|  | Прыжки |
|  | Притопы |
|  | Упражнения для кистей, пальцев и рук |
|  | Упражнения для головы |
|  | Упражнения для корпуса |
|  |
| " Язык танца" | Танцевальные элементы |
|  | Упражнения с атрибутами |
|  | Ориентация в пространстве |
|  |
| " Этикет танца" | поклон |
|  |
| " Игра-начало театра" | Слушанье музыки |
|  | Этюды |
|  |
| Репертуар | "Пальчики-ручки" |
|  | "Согревалочка" |
|  | "Побежали" |
|  | "Гуляем и пляшем" |
|  | "Сидят гуси на пруду" |
|  | "Помирились" |
|  | "Стирка" |
|  | "Села птичка на окошко" |
|  | "Танец с платочками" |
|  | «Раз ладошка» |
|  | "Ножка" |
|  | «Мишка Гумми Бэр» |
|  |

**Учебно-тематический план по курсу "Искусство танца"**

**для детей 4 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** |
| " Азбука танца" | Постановка корпуса |
|  | Ходьба |
|  | Бег |
|  | Прыжки |
|  | Подскоки |
|  | Притопы |
|  | Упражнения для кистей, пальцев и рук |
|  | Упражнения для головы |
|  | Партерная гимнастика |
|  | Упражнения для корпуса |
|  |
| " Язык танца" | Танцевальные движения |
|  | Парные движения |
|  | Упражнения с предметами |
|  | Ориентация в пространстве |
|  |
| " Этикет танца" | поклон |
|  |
| " Игра-начало театра" | Работа над мимикой лица |
|  | Этюды |
|  | Слушанье музыки |
|  |
| Репертуар | Программные танцы |
|  | Сюжетные танцы |

**Учебно-тематический план по курсу "Искусство танца"**

**для детей 5 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** |
| " Азбука танца" | Ходьба |
|  | Бег |
|  | Прыжки |
|  | Проскоки |
|  | Галоп |
|  | Упражнения для кистей, пальцев и рук |
|  | Партерная гимнастика |
|  | Упражнения для туловища |
|  |
| " Язык танца" | Танцевальные элементы |
|  | Ориентация в пространстве |
|  |
| " Этикет танца" | поклон |
|  |
| " Игра-начало театра" | Слушанье музыки и импровизация |
|  | Этюды |
|  |
| Репертуар | Программные танцы |
|  | Сюжетные танцы |

**Учебно-тематический план по курсу "Искусство танца"**

**для детей 6 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** |
| " Азбука танца" | Ходьба |
|  | Бег |
|  | Галоп |
|  | Прыжки |
|  | Упражнения для рук |
|  | Движения головы |
|  |
| "Язык танца" | Танцевальные элементы |
|  | Упражнения с атрибутами |
|  | Ориентация в пространстве |
|  |
| "Этикет танца" | История танцев |
|  |
| " Игра-начало театра" | Слушанье музыки |
|  | Этюды |
|  | Импровизация |
|  |
| Репертуар из них: | Программные танцы |
|  | Сюжетные танцы |

Учебный план

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программе "Искусство танца"

для детей 6 лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дисциплина | Количество часов  | Формы контроля |
| Всего | Теория | Практика |
|  | Театр танца | 84 | 0 | 84 | Отчетные мероприятия  |

**Содержание курса «Игра - начало театра» для детей трехлетнего возраста**

***Раздел: “Азбука танца”***

1. **Постановка корпуса**
2. **Ходьба**

3. **Бег**

4. **Ходьба и бег в сочетании**

5. **Прыжки**

6. **Бег и прыжки в сочетании**

7. **Притопы**

8. **Упражнение для кистей, пальцев и рук**

9. **Взмахи руками**

10.**Упражнения на поднимание и опускание плеч**

11.**Упражнение для головы** и **корпуса**

***Раздел: “Язык танца”***

1. **Танцевальные элементы**:

* ***Топающий шаг*** - по1/4 каждого такта (в продвижении вперед, в повороте вокруг себя на 360 градусов).
* ***Высокий шаг -*** по 1\4 каждого такта ( цирковые лошадки, много снега)
* ***Прямой галоп*** - на 1\4 каждого такта (лошадки скачут)
* ***Выставление ноги на носок*** (1/4 каждого такта ногу выставить на носок, на 1/4 подставить к опорной ноге).
* ***Выставление ноги на каблук*** (игровой прием: «Ножка здесь -ножки нет»).
* ***Положение рук:***
* «фонарики»
* «полочка»
* «погрозили».

2. **Хлопки**:

* ладонь о ладонь: звонко – мягко, весело- тихо
* «скользящие» хлопки
* **Удары:**
* пальчик о пальчик
* кулачок о кулачок
* удары по плечам
* удары по коленям двумя руками
* попеременные удары.

**3. Упражнения с атрибутами:**

* ***платочек*:**
* поднимаем медленно
* стряхиваем платочек
* стираем платочек
* зовем платочком
* выжимаем платочек
* машем платочком
* ***ленточки*:**
* медленно и плавно поднимаем ленточки вверх
* двумя руками
* поочередно
* скрещивая перед собой внизу
* бег, держа ленточки перед собой.
* ***погремушки*:**
* встряхиваем погремушку на 1/4 каждого такта
* ударяем погремушкой о свободную ладонь
* прячем погремушку за спину.
* те же движения с двумя погремушками (по одной в каждой руке)
* ***султанчики***:
* несем султанчики перед собой
* держим их вертикально
* машем султанчиками перед собой
* прячем за спину
* ударяем султанчиком о султанчик над головой

4. **Ориентация в пространстве**: разучивание перестроений в
следующих рисунках:

* круг
* линия
* врассыпную
* стайка

***Раздел: “Игра-начало театра”***

1. **Слушанье музыки**

* музыкальные загадки
* сказки (работа над образами их героев)
* пестушки

2. **Этюды**:

* образно ритмические
* танцевальные
* игровые

Сочиняются на основе навыков и умений

***музыкальное оформление*** - небольшие законченные

произведения: м.р.2/4, 3/4 (8-16-32 такта), м.р. 4/4 8-16 тактов.

***Раздел: “ Этикет танца”***

Разучивание поклона для мальчиков и девочек.

Приглашение к танцу: девочки держат руки во время танца за юбочку, мальчики на поясе. Мальчик подходит к девочке, делает поклон головой. Девочка отвечает поклоном с « пружинкой». Партнер берет девочку за левую руку правой рукой. Девочки во время танца движутся по наружному кругу, мальчики по внутреннему. При положении пары лицом друг к другу: девочки стоят лицом в круг, мальчики спиной в круг.

***Программные танцы:***

"Пальчики-ручки"

"Согревалочка"

"Побежали"

"Гуляем и пляшем"

"Сидят гуси на пруду"

"Помирились"

"Стирка"

"Села птичка на окошко"

"Танец с платочками"

«Раз ладошка»

"Ножка"

«Мишка Гумми Бэр»

**Содержание занятий по курсу «Искусство танца»**

**для детей четырехлетнего возраста**

***Раздел “Азбука танца”***

1. **Постановка корпуса**

2. **Ходьба**

3. **Бег**

4. **Прыжки**

5. **Поскоки**

6. **Притопы**

7. **Упражнение для головы**

8. **Упражнение для плеч**

9.**Упражнения для корпуса**

10.**Упражнение для кистей, рук, пальцев**

11.**Партерная гимнастика *(упражнения на полу)***

Вводится на курсе «Искусство танца» (для развития у ребенка умений и навыков владения своим телом). Движения исполняются по принципу контраста – напряжение – расслабление.

* Исполняются образные движения: ящерка свернулась, вытянулась, кошка выгибает спину, катаемся на велосипеде, «неваляшка». Упражнения выстраиваются от простого к сложному.
* упражнения для стоп, колен, корпуса
* сидя на полу
* лежа на полу для рук, ног, корпуса.

***Раздел “ Язык танца”.***

1. **Танцевальные движения**:

***Приставной шаг*:** (шаг - приставить) (поднимаемся по лесенке, спускаемся с нее)

* в сторону (вправо, влево)
* вперед
* со статичным положением рук.

***Топающий шаг:***

***Шаг с притопом***: шаг ногой вперед, затем два притопа, пауза 1/4

такта.

***Боковой галоп****:*

• Начало разучивания (движение рекомендуется вводить во
второй половине года).

***Полуприседание*:** небольшое сгибание ног в коленях и последующее их вытягивание – «пружинки:

• мягко и резко, но равномерно.

Хорошо это движение окрасить динамическими оттенками (деревянный Буратино, мягкие ноги у Мальвины).

***Повороты на двух ногах****:*

• кружимся вокруг себя на полупальцах, равномерное
переступание.

***Вынос ноги на каблук:***

* с одновременным полуприседанием
* знакомство детей с понятием «опорная нога», « работающая нога»

***Хлопки****:*

* тройные с паузой по 1/8 такта,
* удары ладонь о ладонь,
* удары по коленам,
* удары по плечам.

***Шлепки по бедрам***

2. **Ориентация в пространстве**:

• Исполнение основных упражнений и танцевальных движений в
различных рисунках:

***Круг:***

* один круг
* два круга (концентрических)

***Линии****:*

* одна линия
* две линии (друг за другом или лицом друг к другу)
* «змейка»
* плетем “корзиночку”

***Движение:***

по кругу (с равными расстояниями между детьми)

* в противоположную сторону
* врассыпную
* упражнение « петелька»
* упражнение «воротца»
* движение по кругу в парах.

**3. Парные движения:
*Кружение в парах***.

* «лодочкой»: ноги движутся вперед (друг за другом)
* отход друг от друга назад
* различные виды хлопков в паре
* поочередное исполнение движений партнера и партнерши
* переходы к другому партнеру во время танца

**4. Упражнения с предметами**.
***Куклы***

* покачивание
* передача друг другу.

*Куклу можно***:**

* посадить на стульчик
* станцевать для нее
* погрозить ей пальчиком
* погладит по голове.

***Платочек*:**

* ранее полученные навыки движения с платочком сочетать в небольшие комбинации
* стоя
* продвигаясь простым шагом.

***Погремушки****:*

* удары или встряхивания по 1/4 такта или 1/8 равномерно или по 3 с последующей паузой
* поочередные удары погремушкой по правому и левому плечу
* поочередные удары погремушкой по коленям
* тройные удары погремушкой по ладони левой руки.

***Раздел “ Игра - начало театра”***

**1. Работа над выразительностью мимики лица (психогимнастика):**

***Образы***

* радостный
* добрый
* сердитый
* грустный
* удивленный
* испугавшийся.

2. **Слушание музыки**:

* ***Музыкальные загадки, сказки:***
* законченные произведения малой формы или фрагменты - характеристика музыкальных образов

3. **Музыкальное сопровождение**:

Под «живой аккомпанемент», двухчастная форма произведений, выбор выразительных движений, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки.

***Этюды -*** сочиняются на основе приобретенных навыков исполнения танцевальных элементов в статичном положении или продвижении. Желательно, чтобы этюды были контрастны по характеру, настроению. Этюды массовые и парные на 16- 32 такта м.р. 2/4 , 3/4.

***Раздел “ Этикет танца”***

**Поклон**

• исполняется у мальчиков и девочек по-разному.

***Работа над этикетом танца***:

* Партнер приглашает девочку на танец и благодарит в конце танца поклоном, девочка отвечает на приглашение и выражает благодарность за танец также, поклоном.
* Партнер проводя девочку на танец, смотрит на нее, общается с ней в танце мимикой, жестами, глазами.

***Программные и сюжетные танцы.***

**Содержание занятий курса «Искусство танца» для детей пятилетнего возраста**

***Раздел: “ Азбука танца”***

1. **Ходьба**2. **Бег**

3. **Прыжки**

4. **Проскоки**

5. **Галоп**

6. **Упражнения для рук, кистей, пальцев**

7. **Упражнения для туловища**

***Раздел: “Язык танца”.***

1. **Танцевальные элементы**:

***Простой танцевальный шаг***

• с ударом ноги в пол.

***Приставной шаг***

• с последующим приседанием

***В направлениях:***

* вперед
* в сторону
* назад.

***Переменный шаг***:

• все виды шагов проучиваются в статичном положении рук - на
поясе.

***"Веревочка»***

* вперед***.***

***“Ковырялочка”***

* перед собой
* в сторону.

По мере усвоения, к движению ног прибавляется движения корпуса (наклоны, повороты) головы и рук.

***Хлопки:***

• в паре - варианты хлопков по ладоням партнера.

2. **Партерная гимнастика**:

• различные движения для рук, корпуса, ног исполняются не
только по одному, но и в паре.

***3.* Ориентация в пространстве**

Использовать все разнообразие композиционного рисунка:

* круги
* линии
* «звездочки»
* «плетень»
* «корзиночку»
* «воротца»
* «змейку»
* «улитку».

Способствовать самостоятельному выбору рисунка детьми, развивать способность разводить любой рисунок самостоятельно, под разнохарактерную музыку.

***Раздел: “Игра – начало театра”.***

1. **Слушание музыки и импровизации**:

• прослушивание музыки является основой для создания
пластического, ритмического, танцевального образа.

* самостоятельное решение художественной задачи
* сочетать слушание музыки с настроением детей, выраженного в рисунках (тесное соприкосновение с программой по ИЗО), устным рассказом, стихотворной формой.

**2. Этюды**

Законченные композиции:

* массовые
* парные
* сольные
* парно - массовые
* создание образа, заложенного в музыке
* развитие внимания и фантазии
* раскрытие индивидуальных особенности на основе народных танцев и современных ритмов.

***Музыкальное сопровождение***: наряду с аккомпанементом под фортепиано, вводиться фонограмма и танцевальные номера под нее.

***Раздел: “ Этикет танца”.***

1. К ранее проученным положениям в паре (“лодочка») разучиваются следующие положения:

* Партнер держит партнершу за руку, с опущенной рукой, с высоко поднятой, вытянутой рукой
* Партнерша стоит справа от партнера, левая рука у нее на правом плече у партнера, правая рука - за юбочку. Партнер держит партнершу правой рукой за талию, левая рука у него на поясе.

***Программные и сюжетные танцы.***

**Содержание занятий курса «Театр Танца» для детей шестилетнего возраста**

***Раздел “Азбука танца”***

1. **Ходьба**

2. **Бег**

3. **Галоп**4. **Прыжки**

5. **Упражнения для рук**6. **Движения головы**

***Раздел “Язык танца”***

1. **Танцевальные элементы:**

* Соединяются в небольшие комбинации - логические цепочки.
* Совершенствуются ранее изученные и разучиваются новые варианты.

***Повороты***:

* поворот партнерши из положения в паре - руки крест на крест
* партнерши под рукой у партнера
* повороты на шагах с продвижением вперед
* повороты на подскоках
* переход партнерши на место партнера
* переход спинами друг к другу.

***Хлопки***:

* с мальчиками разучиваются как элементы хлопушек.

***Предметы для танцев:***

* веера
* колокольчики
* маски - лорнеты
* фонарики
* маленькие мячики
* шарфы
* ленточки на палочках
* зонтики
* шляпы

2. **Основные элементы танцев**:
*«****Полька»***

• по 6 позиции (три шага - подскок), знакомство с вариантом
польки по третьей выворотной позиции ног.

***Элементы русского танца:***

* «ковырялочка»
* «веревочка»
* «гармошка»
* «моталочка»
* «тройной ход» с последующим ударом стопы в пол
* припадание (по невыворотной 6 позиции и выворотной 3 позиции ног).

***«Полонез»***

• Шаг и простейшая композиция танца.

***«Вальс»***

* вальсовая дорожка: тройной шаг с подъемом на полупальцы

3. **Ориентация в пространстве**:

* Продвижение в различных рисунках по одному
* продвижение в паре с построениями
* перестроения (переходы) из кругового рисунка в линейный и наоборот

Добиваться объемности рисунка и его выразительности.

***Раздел “Игра - начало театра”***

1. **Этюды**

Законченные танцевальные композиции:

* Сюжетно-ролевые, с развитием музыкальных образов состоящие из танцевальных элементов и основных движений народных и бальных танцев

2. **Слушание музыки**:

* рассказы о знаменитых композиторах, писавших музыкальные произведения на танцевальные ритмы, (с прослушиванием лучших классических вариантов).
* **Импровизация** на законченное музыкальное произведение.
* индивидуально
* импровизация в паре
* отдельно мальчики
* отдельно девочки

***Раздел “Этикет танца”***

1. **История танцев:**

* «Полонез»
* «Вальс»
* «Мазурка»
* «Полька».
1. **Прочное закрепление навыков** общения в паре партнера и партнерши, умение общаться в паре, в ансамбле, индивидуальность исполнения каждого номера.
2. Изучение блока **«Этикет на балу»**
3. **Правила поведения** в танцевальном зале.

**Программные и сюжетные танцы.**

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Форма реализации программы: очная.

Форма организации занятий: групповая.

Форма проведения занятий: теоретическое, практическое, комбинированное.

Диагностика результатов проводится в виде концертов, открытого занятия.

Формирование групп производится на основании заключенного договора и непосредственно желания ребенка заниматься хореографией.

**Планируемые результаты работы**

Систематические занятия позволяют планировать выступления на праздниках и концертах, утренниках, различных хореографических конкурсах,  где дети получают возможность самостоятельно проявлять полученные двигательные навыки, способность исполнить движения, танец образно и актерски – выразительно, в соответствии с темпом, характером, стилем музыкального и танцевального произведения.

Так же традиционно в конце учебного года проводится открытое занятие на которое приглашаются родители (законные представители).

**Методическое обеспечение программы**

**(материально-техническое обеспечение)**

* Музыкальный оборудованный аппаратурой зал
* Форма для занятий:

**Девочки**: белые футболки, белые юбки, носочки, удобная для занятий мягкая танцевальная обувь, волосы хорошо подобраны.

**Мальчики**: белые футболки, черные шорты, мягкая обувь - чешки.

* Ковровое покрытие для занятий партерной гимнастикой
* платочки 25 \*25 см по количеству детей в группе.
* ленточки 50 см. на кольцах, желательно разных цветов (по 2 на человека)
* погремушки (по 2 на человека)
* султанчики (по 2 на человека)
* флажки разноцветные (по 2 на человека)
* корзинки с цветами, веночки, искусственные цветы по 10 шт.
* атрибуты для сюжетно - ролевых танцев.
* аудиоаппаратура.
* фортепиано.
* аудио записи программных танцев.
* костюмы и их элементы к танцам.

**Список литературы**

1. ***Анохин П.К.*** Философские аспекты теории функциональных систем// Анохин П.К. Избранные труды. М., 1978.С.157-160
2. ***Батуев А.С.*** Высшая нервная деятельность. М.: Высшая школа, 1991.
3. ***Бергсон А.*** Материя и память / Собр. Соч.: СПб., 1913. Т. 3. С.417-477
4. ***Бернштейн Н.А.*** Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.: Наука, 1966.
5. ***Бернштейн Н.А.*** О ловкости и ее развитии. Л.: 1991.
6. ***Блонский П.П.*** Избранные психологические произведения. М.: 1964
7. ***Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Л.*** Мозг, разум и поведение: Пер. с англ. М.: Мир, 1988. 248 с.
8. ***Будилова Е. А.*** Философские проблемы в советской психологии. М.: Наука, 1972. 336 с.
9. ***Веккер Л.М.*** Психические процессы. Т.2. Л.: Изд- во Лен. Ун-та., 1974.
10. ***Выготский Л.С., Лурия А.Р.*** Этюды по истории поведения: Обезьяна. Примитив. Ребенок. СПб.: Педагогика – пресс , 1993. 224 с.
11. ***Выготский Л.С.*** Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: СОЮЗ, 1997. 96 с.
12. ***Гипенрейтер Ю.Б.*** Введение в общую психологию: Курс лекций. М.: Черо, 1996. 285 с.
13. ***Голубева Э.А.*** Индивидуальные особенности памяти человека. М.: 1980.
14. ***Гончаров В.И.*** Влияние различных видов двигательной и зрительной памяти на успешность овладения физическими упражнениями // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981.
15. ***Гончаров В.И.*** Исследование двигательной памяти // Вопросы психологии, 1991. № 3. С. 75 – 79.
16. ***Гончаров В.И.*** Формирование двигательных умений (мнемические аспекты) : Дис. … канд. психолог. Наук./ ЛГПИ им. Герцена, Л., 1983. 195 с.
17. ***Дорфман Л.Я., Ковалева Г.*** Полимодальность Я и креативность мышления // Творчество в искусстве – искусство творчества / Под ред. Л. Дорфмана, К. Мартиндейла, В. Петрова, П. Махотки, Д. Леонтьева, Дж. Купчика.М.: Наука; Смысл, 2000. С. 199 –226.
18. ***Запорожец А.В.*** Психическое развитие ребенка // Запорожец А.В. Избр. Психологические труды: В 2 т. М., 1986.
19. ***Захаров А.И.*** Детские неврозы (психологическая помощь родителям и детям). СПб.: Респекс, 1995.
20. ***Зенковский В.В.*** Психология детства . ИЦ Академия, 1995.
21. ***Зинц Р.*** Обучение и память . Минск, 1984.
22. ***Ильин Е. П.*** Практикум по психологии: Mетодические указания к изучению психомоторики. Л., 1980.
23. ***Ильин Е.П.*** Двигательная память и память на движения – синонимы? // Вопросы психологии, 1990. № 4. С. 82-85
24. ***Конорева Т.С.*** Соотношение волевой активности и особенности памяти у шестилетних детей в зависимости от пола // Психология и психофизиология активности и саморегуляции поведения и деятельности человека. Свердловск, 1989.
25. ***Крэйг Г.*** Психология развития. СПб.: Питер, 2000. 992 с.
26. ***Кузнецов М. А., Заика Е. В.*** Методика исследования объема и точности моторной кратковременной памяти // Вопросы психологии, 1989. № 4. С. 158-160.
27. ***Леонтьев А.Н.*** Деятельность. Сознание. Личность: Изд. 2-е. М.: Политиздат, 1997.
28. ***Лурия А. Р.*** Проблемы высшей нервной деятельности нормального и аномального ребенка. М., 1956.
29. ***Люблинская А. А.*** Очерки психического развития ребенка. Изд. 2, пер. М.: Просвещение, 1965.
30. ***Маствилискер Э. И., Дикопольская Г. Е.*** Некоторые условия формирования индивидуального стиля в решении учебных задач у дошкольников // Темперамент ( Системное исследование) / Ред. В. С. Мерлин. Пермь: Пермский гос. пед. ин., 1976. С. 120–138.
31. ***Мейксон Г.Б.*** Психологические особенности заучивания школьниками отдельных параметров движений // Психологические вопросы физического воспитания в школе. М., 1966.
32. ***Обухова Л.Ф.*** Детская психология: теории, факты, проблемы. Изд. 3-е, стереотипное. М.: Тривола, 1998. 352 с.
33. ***Обухова Л.Ф.*** Концепция Жана Пиаже : за и против. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981. 191 с.
34. ***Пиаже Ж.*** Избранные психологические труды : Пер. с англ. и фр./ Вст. Ст. В.А. Лекторского, В.Н. Садовского , Э.Г. Юдина. М.: Международная педагогическая академия, 1994. 680 с.
35. ***Платонов К.К.*** О системе психологии. М.: Мысль, 1972.
36. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г.Мещерякова: 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика–Пресс, 1998.- 440с.
37. ***Пуни А.Ц.*** Двигательная память и двигательная деятельность // XVII международный психологический конгресс. Симпозиум 22, Память и деятельность. – М., 1966.
38. ***Рубинштейн С.Л.*** Основы общей психологии: В 2 т. М.: Педагогика, 1989.
39. ***Рудик П.А.*** Психология. М., 1976.
40. ***Скобенников К.А.*** Запоминание движений при разучивании вольных упражнений в гимнастике // Вопросы психологии и спорта /Под ред. А.Ц. Пуни. М., 1955.
41. ***Смирнова Е. О.*** Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах. М.: Издательство Институт практической психологии, Воронеж: НПО МОДЭК, 1998. 256 с.( Библиотека педагога – практика)
42. ***Солсо Р. Л.*** Когнитивная психология: Пер. с англ. М.: Тривола, 1996. 600с.
43. ***Соснина И. Г.*** Специальные способности артиста балета: природа, структура, диагностика: Дис. … канд. психол. наук / Пермский гос. пед. ун – т, Пермь, 1997. 20 с.
44. ***Сурнина О.Е., Лупандин В.И., Пустуева Н.В., Иежица И.Н.*** Изучение оценки времени дошкольниками // Вопросы психологии. 1995. № 3. С. 135–138.
45. ***Теплов Б.М.*** Избранные труды: В 2 т. Т.2. М.: Педагогика, 1985. 380с.
46. ***У.Найсер.*** Познание и реальность. М., 1981.
47. ***Умнов В.П.*** Психологические особенности формирования представлений о двигательных действиях как условие реализации метода наглядности в обучении: Дис. … канд. психол. наук / ЛГПИ им. Герцена, Л., 1980. 190 с.
48. ***Уотсон Д.*** Психология как наука о поведении. М., Л., 1926.
49. ***Холодная М. А.*** Когнитивные стили и интеллектуальные способности //Психол. журнал. 1992. № 3. С. 84—93.
50. ***Холодная М. А.*** Когнитивные стили как проявление своеобразия индивидуального интеллекта. Киев, 1990.
51. ***Холодная М. А.*** Психологический статус когнитивных стилей: предпочтения или “другие” способности? // Психологический журнал. 1996. Т. 17, № 1. С. 61-69
52. ***Хризман Т.П.*** Движения ребенка и электрическая активность мозга. М.: Педагогика, 1973.
53. ***Хризман Т.П., Еремеева В.Д.*** Развитие межполушарной функциональной ассиметрии мозга у детей и половые различия (данные ЭЭГ) // Развивающийся мозг. Тбилиси, 1984.
54. ***Чхаидзе Л.В.*** Об управлении движениями человека. М., 1986.
55. ***Шабельников В.К.*** Психика как функциональная система. Природа – жизнь – личность. Принцип самоорганизации. Алма –Ата , МЕКТЕП, 1986. 271 с.
56. ***Шкуратова И.П.*** Когнитивный стиль и общение. Ростов н/Д: Изд – во Ростовского пед. ун-та, 1994. 156 с.
57. ***Юсим Е.Д.*** Индивидуальные различия в моторной памяти и свойства нервной системы: Дис. … канд. псих. Наук / МГПИ, М., 1975. 189 с.
58. ***Anne Ille and Marielle Cadopi.(***1999). Memory for movement sequences in gymnastics: effects of age and skill level // Journal of Motor Behavior, Sep 99, Vol. 31 Issue 3, p 290, 11p.