

Управление образования администрации Нанайского муниципального  
района Хабаровского края  
Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования центр детского творчества Найхинского  
сельского поселения Нанайского муниципального района Хабаровского края

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2023 г.  
Протокол № 1  
\_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор МАОУ ДО ЦДТ  
с.Найхин.  
Малиновская Н.И.\_\_\_\_  
«04» сентября 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа творческого объединения  
«Основы хореографии»**

Возраст детей: 6 – 7 лет  
Срок реализации: 1 год

Модифицированная  
на основе типовой программы  
«Уроки хореографии»  
Балченкова Н.А.  
Педагогом дополнительного образования  
Бельды Л.П.

Найхин.  
2023 г.

### **Пояснительная записка.**

Известно, что эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидение, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная педагогика стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело” находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья детей. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный образовательно - воспитательный процесс в дошкольном учреждении.

Приходя в детский сад, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованны, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия хореографией направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Каждый ребенок имеет индивидуальную форму развития и претендует на право валеологического сопровождения его индивидуального маршрута. Не воспитанники должны адаптироваться к системе образования и воспитания, а программы и методы обучения должны приоравливаться к ребенку и формировать у него осознанную мотивацию к получению знаний и развитию собственного здоровья.

Очень важно именно в детстве привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку раннее приобщение детей к искусству создает необходимые условия для гармоничного развития личности, раннее творческое самовыражение способствует сохранению и развитию творческих импульсов. Ребенок, занимающийся танцами, осознает красоту движения, гармонию музыки и пластики, гармонию и красоту мироздания. Занятия хореографией разносторонне развивают личность ребенка и впоследствии помогают ему в другой деятельности, способствуют раскрытию физического

и духовного начала, создают тот гармоничный синтез души и тела, к которому изначально стремится человек.

Развитие ребенка-дошкольника идет благодаря активности, проявляющейся в различных формах деятельности, среди которых важное место занимает игра – особая форма усвоения ребенком окружающей действительности. Игра выступает как универсальное средство развития и обучения, как средство, стимулирующее творческую деятельность детей и формирующее начальные хореографические умения. Это основной и главный путь эстетического воспитания и приобщения к искусству в этом возрасте.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

При разработке программы учитывались способности воспитанников, их индивидуальные и возрастные особенности:

- на шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

- дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

**Цель программы:** Создание валеологически обоснованных условий, способствующих совершенствованию индивидуального здоровья детей дошкольного возраста средствами двигательной активности (хореография).

**Основные задачи:**

*Образовательные:*

1. Помогать ребенку овладевать танцевально-игровой деятельностью:

- учить выполнять элементарные танцевальные движения;
- добиваться связывания танцевальных движений с ритмом музыки;
- учить согласовывать движения с текстом и музыкой;

- менять движения в связи с изменениями динамики звучания музыки;
- дать представление о возможностях пластики для передачи различных эмоциональных состояний.

2. Познакомить детей с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки:

- настраивать на эмоциональное восприятие музыки, используемой для танцевально-игровой деятельности;
- способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости на характер танца;
- дать представление о возможности мимики и жестов для передачи различных эмоциональных состояний.

3. Формировать элементарные хореографические знания, умения и навыки на основе овладения и усвоения хореографического материала; изучение простейших хореографических терминов.

*Развивающие:*

1. Развивать воображение и фантазию детей в танце:

- настраивать на эмоциональное восприятие музыки, используемой для игровой деятельности;
- учить эмоциональному исполнению игр, вызывая желание участвовать в них;
- вовлекать малышей в сюжетные музыкальные игры, в которые они могли бы выполнять под музыку различные роли и учитывать взаимоотношения в игре;
- побуждать к первоначальным творческим проявлениям в музыкальных играх (придумать и показать движения зайца, лисы и т.д. соответствующие характеру персонажа сказки);
- учить мимикой и жестом выражать различные эмоциональные состояния.

2. Совершенствовать развитие психомоторных способностей:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику (пальчиковая гимнастика, самомассаж).
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности (игропластика, партерная гимнастика, йога для малышей).

3. Развивать двигательные качества и умения (двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки – веселый, грустный: весело бежать под легкую музыку, энергично ходить под ритмичный марш).

4. Развивать умение ориентироваться в пространстве (уметь вместе с детьми двигаться стайкой за взрослыми, образовывать круг, немного продвигаться по кругу, сужать и расширять круг, становиться парами по кругу).

5. Развивать музыкальные качества (музыкальный слух, чувство ритма).

6. Развивать хореографические способности.

7. Развивать психические процессы (внимание, память, мышление).

*Воспитательные:*

1. Осуществлять нравственное воспитание и развитие детей с учетом их возрастных возможностей и интересов.
2. Работать над организацией взаимоотношений со сверстниками.

Данная программа рассчитана на детей дошкольного возраста 6-7 лет. Наполняемость групп составляет 12 человек. Дети занимаются 1 раз в неделю по 20-30 минут. Срок реализации программы – 1 год.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	0
2	Азбука музыкального движения	5	1	4
3	Танцевально-образные движения	3	0	3
4	Основные виды движения	3	0	3
5	Портерная гимнастика, экзерсис	5	0	5
6	Пространственные перестроения. Ориентация в зале. Рисунки танца	4	1	3
7	Танцевально-образная импровизация	4	0	4
8	Простые элементы танца	5	1	4
9	Учебно-тренировочная работа	4	0	4
10	Открытые занятия, выступления на тематических праздниках	2	0	2
Итого		36	4	32

### Содержание программы

1. Вводное занятие. Знакомство с воспитанниками и родителями, игра-знакомство, разучивание в игровой форме простейших танцевальных движений: марш, поклон, бег, прыжки.

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

- Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие. Позиция ног – VI.
- Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.
- Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» – «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне (можно с ритмическим рисунком).
- Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

- «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.
  - «Мячик» - прыжки по VI позиции. Музыкальный размер 2 \4. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.
  - Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» – это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.
  - Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница » - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя – поочередно и по одной.
  - Понятия: «птичка», «утюжок», «флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» - поднимание ноги до колена с натянутой стопой.
  - Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться поклоны могут как по VI позиции, так и по II позиции.
  - «Топотушки» - притопы в небольшом приседании на месте и в продвижении.
  - Тройные притопы с остановкой.
  - Логика поворотов вправо и влево. Повороты по четырем точкам шагами на месте – по два шага в каждую точку.
  - Поднимание на полупальцы по VI позиции.
3. «Танцевально-образные движения».
- «Игротанцы» направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость детям.
  - « Пальчиковая гимнастика» включает в себя упражнения, превращающие учебный процесс в увлекательную игру, которая не только обогащает внутренний мир ребенка, но и оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления и развивает фантазию малыша. Этот раздел служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук.
  - «Игровой самомассаж» включает в себя упражнения самомассажа в игровой форме, от которых дети получают радость и хорошее настроение. Они способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Раздел является основой закаливания и оздоровления детского организма.
  - « Музыкально-подвижные игры» содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности

детей раннего возраста. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой деятельности.

- На развитие музыкальных качеств (чувство ритма, музыкальный слух) – хлопки под музыку; марш, высоко поднимая колени, шаг на полупальцах;
- На развитие психических процессов (внимание, память, мышление, воображение) – игры на перестроения.
- На развитие артистических качеств (этюды на создание образов) – «Медведи», «Лисички», «Мышки», «Лебеди».
- На развитие танцевальных способностей (укрепление мышц ног, спины, пресса; развитие гибкости, выворотности, шага).

4. Основные виды движения – виды ходьбы, бега, прыжков, которыми должны овладеть дети дошкольного возраста.

Шаги с носка по кругу. Музыкальные размеры 4/4, 2/4.

Шаги с высоким подъемом колена. Музыкальный размер 2/4.

Шаги на полупальцах.

Шаги на пятках.

Шаги в комбинации с хлопками.

Шаг с противходом - «Лисички».

Шаг, совмещенный с работой рук – «Лебеди».

Шаг на внешней стороне стопы - «Медведи».

Прыжки по VI позиции ног (на месте и в продвижении).

Прыжки «зайчики» в продвижении по кругу в глубоком приседании и на прямых ногах.

Галоп (лицом в круг, спиной в круг).

Подскоки.

Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени, с захлестыванием голени назад).

5. «Креативная партерная гимнастика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости. Здесь используются элементы и упражнения детской йоги, выполняемые в игровой форме.

Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.

- Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

- «Буратино» - ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 2/4:

1 - 2 такты – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка;

3 - 4 такты – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги.

- «Солнышко» – ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги.

2 такт – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги.

- «Складочка» – ноги на полу вытянуты вперед, руки на поясе. Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса вперед, руками стараемся достать до носков, подбородок тянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

- «Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

- «Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

- «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

- «Русалочка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, ладонки возле плеч прижаты к полу, руки согнуты в локтях. Музыкальный размер 3/4:

1 – 2 такты – выпрямляем руки и прогибаем корпус назад, запрокинуть голову.

3 – 4 такты – вернуться в исходное положение.

- «Колечко» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 4/4. Лечь на живот, опереться впереди на руки, прогнуть корпус назад так, чтобы достать головой носки согнутых назад ног. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

- «Ушастый зайчик» – упражнение для мышц спины. Музыкальный размер 2/4. Лечь на спину, руки вдоль корпуса, поднять прямые ноги вверх и опустить их вниз за голову, достать носками до пола. Зафиксировать это положение, вернуться в исходное положение.

- «Корзиночка» – упражнение для мышц спины. Лечь на живот, руками взяться за щиколотки с внешней стороны, ноги потянуть вверх. Слегка покачаться на животе, голова поднята вверх.

- «Дощечка» – упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Исполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

Экзерсис на центре зала ( со 2-го года обучения) представляет собой освоение основных хореографических позиций и развитие мышечного корсета:

- Основные хореографические позиции рук и ног.

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.



- Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы “Развивает силу и эластичность берцовых и икроножных мышц, способствует развитию сухожилий пальцев стоп и пяточных “ахилового” сухожилия, развивает выворотность тазобедренных, голеностопных суставов”.
- Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”.
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.
- Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.
- Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.
- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
- Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.
- Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов.
- Упражнения на исправление осанки.

#### 6. Пространственные перестроения. Ориентация в зале. Рисунки танца.

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг.

- Круг. Отработка навыков двигаться по кругу:

- лицом и спиной;

- по одному и в парах.

Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг.

Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

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

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

- Упражнения на ориентировку в пространстве:

а) Различие правой, левой, ноги, руки, плеча;

б) Повороты вправо и влево;

в) Построение в колонну по одному, по два в пары;

г) Перестроение из колонны в шеренгу и обратно;

д) Круг, сужение и расширение круга;

е) “воротца”, “змейка”, “спираль”;

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

- «Строевые упражнения» являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

#### 7. Танцевально-образная импровизация.

Отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий

(например: кузнец, вышивальщица, водитель, художник), явлений природы и неодушевленных предметов.

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

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

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

Помимо основных разделов занятия на протяжении всего года ведется работа над импровизационной, творческой деятельностью ребенка.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

8. Простые элементы танца. Элементы классического, народного и бального танца.

Танцевальные движения:

- Поклон реверанс,
- Сценический шаг,
- Шаг на полу пальцах.
- Легкий бег;
- Пскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;
- Удары стопой по 6-й и 3-й позициям;
- Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной);
- Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;
- Ковырялочка;
- Движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере, поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.
- Движение головы; повороты направо - налево, в различном характере, вверх- вниз с различной амплитудой, наклоны вправо - влево (с различной амплитудой).
- Боковой галоп;
- Шаг польки;
- Прыжки по 6 поз, и поочередным выбрасыванием ног вперед;
- Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения “ на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию.

- Положения рук в танцах
  - Руки на поясе “большой палец обращен назад”;
  - Подбоченившись “ кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс”;
  - Девочки придерживают руками юбочку “руки в локтях закруглены”;
  - Руки
  - свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения.
  - Руки скрещены перед грудью;
  - Одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте “только девочки”;
  - Руки убраны за спину.
  - Танцевальные этюды и танцы.
  - Танцевальные этюды и танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме.
9. Учебно-тренировочная работа. Постановка танцев, работа над исполнительским мастерством.
10. Открытые занятия, выступления на тематических праздниках. Открытое занятие для родителей, концерты для воспитанников ДОУ, специально подготовленные танцевальные номера для тематических праздников.

### **Прогноз результативности**

Ребенок должен владеть следующими знаниями:

- уметь слушать и выполнять указания педагога во время занятия;
- иметь навыки актерской выразительности (умение передать некоторые художественные образы);
- владеть понятиями «круг», «шеренга», «линия», «колонна» и др.;
- иметь навыки построения по указанным выше рисункам;
- иметь чувство ритма, уметь выполнять хлопки под музыку (на сильную долю);
- знать простейшие хореографические термины («VI позиция», «II позиция», «поклон», «полупальцы» и т.д.);
- участвовать в постановках.

### **Методические рекомендации**

Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, обеспечивающих ситуацию успеха для каждого воспитанника, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию ребенка.

Программа обучения учитывает ведущий вид деятельности детей – игру. На занятиях много времени уделяется играм: игры на подражание, сюжетно-ролевые, музыкальные и пр. Учебный материал также преподносится в игровой форме. Все используемые игры способствуют оптимальной подготовке детского организма к более высоким психическим и физическим нагрузкам. Чередование развивающих игр и физической нагрузки сбалансировано таким образом, чтобы учащиеся не переутомлялись во время занятий, а также прочно усваивали материал.

Все движения выполняются под высокохудожественную музыку (классическую, народную), также используются современные композиции и сюжетно-тематические произведения, что позволяет развивать в детях эстетический вкус чувства и осуществлять нравственное воспитание.

При проведении занятий педагог использует различные пособия: цветные картинки с изображениями, соответствующими названиям упражнений; веревочки, с помощью которых дети на первоначальном этапе строятся в линию, круг; различные предметы, необходимые для выполнения тех или иных упражнений.

Перед началом каждого занятия руководитель должен проверить внешний вид детей, проследить, чтобы все были аккуратно причесаны, одеты в соответствующую форму, сняли различные украшения (серьги, цепочки, браслеты, часы), которые могут послужить помехой на занятиях и стать причиной травм.

По мере освоения учебного материала, оценив творческие способности детей, руководитель может осуществлять постановочную работу, опираясь на уже усвоенный материал.

Основной формой воспитательной и образовательной работы с детьми является занятие, длительность и частота которого зависит от года обучения и возраста воспитанников.

### **Структура занятий**

Вступительная часть:

построение в шеренгу, поклон.

Основная:

развивающая игра с небольшой физической нагрузкой;

движения по кругу;

развивающая игра малой подвижности;

партерная гимнастика.

Заключительная:

игра на восстановление дыхания и на построение, поклон.

### **Мониторинг хореографических способностей по методике Э.П. Костиной**

Обследование детей прослеживается на занятиях по хореографии. Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально - ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого ребенка.

Рекомендуемая методика предполагает общую систему оценки хореографических способностей по 3-балльной шкале.

3 балла – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

1 балл – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

Высоким результатом хореографических способностей детей можно считать средний балл от 2,3 до 3.

Средний уровень от 1,5 до 2,2 балла.

Низкий уровень 1,4 балла и ниже.

По результатам диагностики определяются дети, кому необходимы индивидуальные занятия по хореографии.

Мониторинг распределяется по оценочным таблицам. Результаты (высокий, средний, низкий) оцениваются по показателям качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности:

1. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений.
2. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений.
3. Наличие творчества в исполнении выразительности фиксированных движений игр и плясок.

**Показатели качества  
освоения ребенком музыкально - ритмической деятельности  
(по Э.П.Костиной)**

Ф.И.О. детей

I. Интерес и потребность к восприятию музыки и движений.

II. Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений.

III. Наличие творчества в исполнении выразительности фик. движений игр и плясок.

Целостное восприятие деятельности: восприятие выразительности, игрового содержания, понимание сюжета игры или композиции танца.

Восприятие азбуки основных видов движений музыкально-ритмической деятельности: основных, сюжетно-образных и танцевальных.

Восприятие ориентировки в пространстве.

Выразительность исполнения музыкально-ритмического репертуара: передача характера, сюжета игры, композиции танца. Наличие развитого чувства ансамбля.

Самостоятельность исполнения упражнений, танцев и др. Творческая импровизация передачи игрового образа.

Творческая импровизация в свободной пляске.

## Литература

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Л. Москва 1964 год.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000 год.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – Просвещение, 1991.
6. Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987 год.
7. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1982.
8. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
9. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. - Санкт-Петербург, 2003.
10. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1987 год.
11. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992

## Приложение к программе

Тезариус.

А

Адажио (adagio) – медленно, спокойно на уроках классического танца – танцевальная композиция, состоящая из плавных движений, устойчивых поз, поворотов, вращений

Аллегро (allegro) – весело, живо на уроках классического танца – заключительная часть упражнений на середине, состоящих из прыжковых движений

Ан дедан (en dedans) – вовнутрь, в круг, к себе

Ан деор (en dehors) – наружу, из круга, от себя

Ан фас (en face) – прямо, прямое положение корпуса в 1 точку зала, «лицом к зрителю»

Апломб – устойчивость, равновесие

Арабеск (arabesque) – одна из основных поз классического танца (с поднятой и вытянутой назад ногой)

Артистизм – выразительное исполнение танцевальных движений

Аттитюд (attitude) – одна из основных поз классического танца, при которой согнутая нога в колене поднята и отведена назад

Б

Балансе (balance) – покачиваться, покачивающееся движение

Балет – вид сценического танца

Балетмейстер – постановщик танца

Батман жете (battements jetes) – резкий мах вытянутой ногой на 45 градусов

Батман девелюппе (battements developpes) – раскрывать (вынимать) ногу на 90 градусов в нужном направлении (от колена опорной ноги)

Батман тандю (battements tendus) – отведение и приведение вытянутой ноги

Батман фондю (battements fondues) – мягкое, плавное, «тающее» движение ногой

Батман ффраппе (battements frappes) – ударное движение, движение с ударом

В

Выворотность - раскрытие ног в тазобедренном и в голеностопном суставах

Выносливость - способность выносить длительные физические нагрузки

Г

Галоп -гоняться, скакать

Гранд (grands) - большое

Гранд батман (grands battements) - большой мах вытянутой ногой на 90 градусов

Д

Демидеми (demi) - половина, маленькое

Дуэт - танец двух исполнителей

И

Импровизация - танец или актёрская игра без предварительной подготовки

К

Классический танец - основа хореографии, постановка корпуса

Концертмейстер - исполнитель музыкального сопровождения на уроках танца

Координация - соответствие, согласование всего тела

Крузе (croisee) - скрещивать, «закрытое положение ног»

О

Опорная нога - нога, служащая опорой телу, в то время как другая нога освобождена для исполнения движений

П

Па (pas) - шаг

Па де бурре (pas de bourree) - чеканный танцевальный шаг

Па кую (pas couru) - лёгкий сценический бег

Пар терр (par terre) - на земле, на полу

Пассе (passé) - проводить, проходить

Плие (plie) - приседание

Пике (pique) - укол

Пти батман (petit battements) - маленький батман, на щиколотке опорной ноги

Пти шажман (petit changement) - маленький прыжок с двух ног на две по 5 позиции (шажман де пье &amp;tramptrampndash changement de pieds)

Пти эшаппе (petit echange) - маленький прыжок с раскрытием ног из 5 позиции во 2 позицию и собиранием - из 2 позиции в 5 позицию

Полупальцы - полож