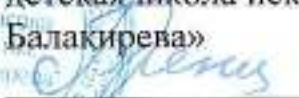


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Петрозаводская детская школа искусств им. М.А. Балакирева»

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
МОУ ДО «Петрозаводская детская
школа искусств
им. М.А. Балакирева»

Директор МОУ ДО «Петрозаводская
детская школа искусств им. М.А.
Балакирева»

Бrenz М.О.

№ 4 от «29» августа 2019 года

«29» августа 2019 года.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Хореография»

Возраст обучающихся - дети 5 - 6-ти лет
Срок реализации программы – 2 года

СОСТАВИТЕЛЬ:
Отавина Мария Васильевна

ПЕТРОЗАВОДСК 2019

1. Пояснительная записка

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и нравственного развития. Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умения слушать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, развивать пластику рук, грацию, выразительность.

Занятия хореографией формируют правильную осанку, прививают основы этикета, дают представление о различных видах искусства: музыка, изобразительное искусство, художественное слово, искусство театра и кино.

Программа направлена на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание музыкальной, двигательной культуры и развитие творческих способностей, на воспитание хореографической культуры и развитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа включает в себя различные виды музыкально-ритмической деятельности, которая соединяет разные виды искусства (движение, слово, музыку) на уроке в один творческий процесс, считая данный возрастной период начальной ступенью хореографического образования.

Цель:

Развитие личности ребенка средствами классической и народной хореографии.

Задачи:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- помогать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной системы организма;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость и координационные способности;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности, изящества танцевальных движений;
- развивать мелкую моторику;
- развивать мышление, воображение, находчивость, познавательную активность;
- формировать навыки самостоятельного движения под музыку;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи, трудолюбия.

Организация учебного процесса:

Наполняемость групп от 8 до 12 человек. Если группа детей начинает заниматься с более позднего возраста, то целесообразно пройти материал первого года обучения, но в более короткие сроки. Дети принимаются по желанию, с учетом физических особенностей и разрешения врача. На усмотрение педагога дети зачисляются в группу первого или второго года обучения.

Урок (1 час) для детей 5-6-ти лет равен 30 минут. Занятие 2 часа (30' – занятие, 10'-перерыв, 30' - занятие) два раза в неделю.

Учебный план:

| Год обучения | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год | Кол-во учебных недель |
|--------------|-----------------------|--------------------|-----------------------|
| первый | 4 | 136 | 34 |
| второй | 4 | 136 | 34 |

Возрастные особенности:

Возраст детей - 5-6 лет.

Это период первого вытяжения, накопления мышечной силы, выносливости, увеличения подвижности. Хрящевидными остаются части костей стопы, кисти, поэтому детям сложно выполнять мелкие и точные движения. Движения тела уже достаточно координированы, дети могут свои движения регулировать. Возрастает работоспособность, могут дольше сохранять статичное положение, охотно повторяют движение многократно, присутствует волевое усилие при достижении сложностей.

Игра остается основным видом деятельности, наряду с показом упражнений. Воспринимают словесные пояснения. Дети умеют подчинять свои движения общему ритму, делать упражнения согласованно. С удовольствием участвуют в играх-импровизациях, охотно фантазируют, воплощаются в разные образы. Маленькие танцоры очень отзывчивы на похвалу, высшая награда - демонстрировать свои умения перед другими ребятами и родителями. Следует поощрять самостоятельность, настойчивость, целеустремленность.

Возраст 6-7 лет.

Продолжается рост тела, окостенение. Скелет достаточно крепок, можно давать больше упражнений на силу, руки и ноги более сильные и подвижные. Координация движений более точная, подвластны мелкие движения рук кистей и пальцев. Отсутствуют лишние движения в походке, действия сознательные и волевые. Дети понимают связь между упражнениями и конечным результатом, любят работать дружно в команде, умеют анализировать свои успехи и успехи других, стремятся помогать другим. Игра важна, но уже привлекает результат занятий - умение красиво танцевать на сцене.

Технология и методика реализации программы:

Программа направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. В ней представлены различные разделы:

1. Понятие хореографического искусства, как о взаимосвязи различных видов искусств в едином. Первый раздел подразумевает под собой программу первого года обучения. Основной метод проведения занятий – игра. Сказки и сказочные персонажи на протяжении всего года сопровождают учебный процесс. Занятия также проходят в игровой форме. Возможны вариации уроков по форме организации: уроки-путешествия, сюжетные уроки, уроки-соревнования, уроки творчества и фантазии. Также уроки могут строиться комплексно.
2. Понятие об отдельных видах искусства и их взаимосвязях даётся во втором разделе (второй год обучения):
 - изобразительная деятельность и танец;
 - музыка и танец;

- песня и танец;
- театр, кино и танец.

Любой урок следует начинать с организованного входа в зал, под музыку. Затем осуществляется построение детей, и сообщаются задачи урока. Каждый урок представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов.

Урок составляется согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должен соответствовать возрастным особенностям и физическим возможностям детей. Учебный материал в уроке распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкальному воспитанию ребенка, уроки первого и второго года обучения в целом составляют единую систему обучения.

Структура урока общепринятая. Каждый урок состоит из 3-х частей: **подготовительной, основной, заключительной**. Деление на части относительно, все части урока тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает 5-15% урока, зависит от решения основных задач. Задачи этой части сводятся к тому чтобы подготовить организм к работе: разогреть мышцы, связки, суставы, создать психологический и эмоциональный настрой. В первой части урока используются строевые, музыкально-ритмические упражнения с элементами драматизации и подключением игры. Возможны и другие варианты конструирования урока, при этом необходимо помнить об основных педагогических принципах систематичности, постепенности, доступности, наглядности учебного материала. Система упражнений, игр строится от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть урока длится 70-85% времени. В этой части решаются основные задачи: формируются двигательные умения и навыки. Дается объем знаний, развивающий творческие способности, достигается оптимальный уровень физической нагрузки.

Заключительная часть урока длится от 3-5% общего времени. Если основная часть содержит большую физическую нагрузку, то время заключительной части увеличивается. Это создает условие для постепенного снижения нагрузки. В заключительной части используются упражнения на расслабление, дыхательные спокойные игры. Если урок направлен на разучивание нового материала и требует усиленного внимания, то в конце урока необходима эмоциональная разрядка - проводятся музыкально-подвижные игры.

Для проведения урока педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности учащихся и способами проведения упражнений. Это построения и передвижения, использование гимнастических снарядов, предметов и другого вспомогательного инвентаря. Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых педагог предлагает детям выполнить цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них. В сюжетных уроках предварительная подготовка создаст благоприятные условия для их проведения и освоения программного материала. Особое значение в проведении уроков имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников. Хореографический зал должен быть универсальным, в котором можно проводить занятия по: хореографии, гимнастике и другим танцевальным дисциплинам.

Зал должен отвечать ряду установленных санитарно-гигиенических требований. Внутренняя отделка должна исключать возможность скопления пыли. Освещение должно быть ярким и равномерным, желательно скрытым.

Критерии оценки:

На этом этапе дети не оцениваются по 5-ти бальной системе, а используется система поощрения с приоритетом положительного отношения (например: за хорошо выполненное задание в дневнике наклеивается звездочка).

Педагогу необходимо анализировать:

- желание, заинтересованность детей к занятиям, то есть их посещаемость;
- отношение ребенка к занятиям, то есть его работа в течение полугода;
- умение концентрировать внимание;
- умение ориентироваться по залу;
- координацию движений ребенка.

Для анализа работы проводятся раз в полугодие контрольные уроки с присутствием администрации, преподавателей и родителей. Проводятся концерты, где дети принимают участие. На данном этапе этого достаточно для проверки знаний, умений и навыков ребенка.

Ожидаемый результат:

Навыки музыкального развития

дети должны уметь:

| | 1 год обучения | 2 год обучения |
|--|--|--|
| <i>Воспринимать и выразить в движении характер и содержание музыкального произведения.</i> | Ярко-контрастный характер музыки (детские песни, народные плясовые мелодии, колыбельные, марши). | Контрастный характер музыки (+ инструментальные пьесы программного содержания). Менее контрастный характер музыки (+ музыка различных стилей: народная классическая, современная). |
| <i>Различать темп.</i> | Умеренный. | Умеренно-быстрый и умеренно-медленный. |
| <i>Определять метроритм</i> | Выделение в движении ритмической пульсации: 2/4, 4/4. | Выделение сильной доли, несложный ритмический рисунок, метр: 2/4, 4/4, 3/4. |
| <i>Определять регистр</i> | Верхний, нижний. | Верхний, нижний, средний. |
| <i>Определять музыкальную форму</i> | Куплетная, двухчастная (контрастная) | Менее контрастная, форма вариаций |

Формирование и развитие двигательных качеств и умений.

дети должны уметь:

| | 1 год обучения | 2 год обучения |
|---|--|---|
| <i>Основные виды движений, строевые упражнения.</i> | Ходьба, бег, прыжковые движения в умеренном темпе. Образно-игровой | Выполнение основных видов движений в соответствии с |

| | | |
|--|--|--|
| | характер исполнения упражнений. | разнообразным темпом. Четкая координация движений с музыкой. Выполнение всех видов основных движений в соответствии с разнообразным характером музыки и с различными заданиями. |
| <i>Обще-развивающие</i> | Однонаправленные движения (отдельно для различных групп мышц в различных исходных положениях). | Одновременное выполнение упражнений руками и ногами (несложных по координации). Увеличение динамической нагрузки, объема и переключаемости движений. Разнонаправленные, ассиметричные упражнения для различных групп мышц. Увеличение динамической и статической нагрузки, объема и переключаемости движений. |
| <i>Танцевальные движения, танцы</i> | Элементарные плясовые движения рук и ног. Простейшие варианты использования атрибутики (помахивания платочком, веточкой и т.д.). Знакомство с национальной культурой родного края. Знакомство с элементами русского народного танца. | Увеличение объема танцевальных движений, разнообразный характер исполнения. Исполнение танцевальных движений различных стилей: народные плясовые движения, элементы детского балетного и национального (карельского) танца, характерные плясовые движения. Овладение сложными видами циклических движений: шаг польки, боковой шаг (галоп), переменный шаг и др. |
| <i>Импровизация, образно-игровые движения.</i> | Передача однозначного характера игрового образа («Заводная кукла», «Задиристый гусь»...) Подготовительные упражнения с предметами | Образ в развитии, использование широкой палитры выразительных средств (поза, мимика, жест) |

| | | |
|-----------------------------|---|--|
| | (скакалки, мячи, обручи, ленты) | |
| <i>Партерная гимнастика</i> | Подготовка к классическому экзерсису, укрепление осанки, профилактика плоскостопия... | Усложнение движений с точки зрения координации, развития гибкости, пластичности, выворотности. Простейшие элементы из гимнастики, акробатики |

2. Содержание изучаемого курса.

Смысл этой программы заключается в следующем: в период своего зарождения различные виды искусств, такие как поэзия, танец, музыка, драма, существовали как единое целое, а позже стали развиваться как самостоятельные виды искусств.

Танцы имеют большое воспитательное значение, доставляют нам эстетическую радость и вместе с тем заставляют думать, переживать, чувствовать. Программа «Хореография» направлена на формирование у детей художественного вкуса, культуры движения, поведения, на развитие творческого потенциала ребенка, а также включает музыкальное развитие и оздоровление средствами игровой хореографии.

Программа имеет блоки развития, которые присутствуют на каждом уроке в разных сочетаниях:

1. Навыки музыкального развития.

Вслушивание в музыку, простейший анализ ее выразительных особенностей, позволяющих ее осмыслить, понять, выразить в движениях.

2. Музыкально - ритмические и строевые упражнения.

В этот блок входят основные виды танцевальных шагов, построений, перестроений под музыку разного характера, темпа, ритма, образа. Беговые шаги, прыжки.

Музыкально – ритмические позволяют развить у ребёнка музыкальный слух, чувство ритма

3. Обще-развивающие упражнения.

Позволяют регулировать физическую нагрузку, развивают координацию движений, развивают силу, выносливость, гибкость и т.д.

4. Танцевальные движения, танцы.

Включает комбинации, этюды, танцы, а также такие средства танцевальной выразительности, как мимика и жест

5. Партерная гимнастика.

Упражнения, направленные на укрепление осанки профилактику плоскостопия, на развитие выносливости, растяжки, гибкости, упражнения на расслабление

6. Импровизация под музыку.

Развивает творческое видение ребенка, способность себя выразить, умение слушать музыку, фантазировать. В основу обучения танца детей необходимо положено *игровое начало*. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывает интерес к уроку, к работе. Поэтому педагогу очень важно внимательно отнестись к подбору репертуара для учащихся, постоянно его обновлять, внося с учетом времени и особенностей обучаемых детей определенные коррективы. Одним из важных факторов работы на начальном этапе обучения — является осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком пантомимических и танцевальных движений для формирования и развития у

детей музыкально-двигательного творчества чрезвычайно важен *сюжетный танец*. Привлекательность танца обусловлена его особенностями: образным перевоплощением исполнителей, разнохарактерностью персонажей и их общением между собой в соответствии с сюжетным развитием. Благодаря этим особенностям в нем создается своеобразная игровая ситуация, побуждающая детей к творчеству и, следовательно, способствующая его развитию. Разнохарактерность персонажей устраняет возможность подражания детей друг другу (ведь медведь не может двигаться так же, как лиса). Образное взаимодействие в танце можно сравнить с диалогом, каждый из участников которого строит свои движения-реплики в ответ другому. Таким образом, создаются благоприятные условия для освоения детьми жеста и пантомимы.

В самом начале обучения знакомят детей с простейшими жестами общения. Знакомство детей с каждым жестом или танцевальным движением начинается с того, что детям сообщается его значение. При этом сопоставляются два движения, противоположных по значениям. *Сравнение контрастных движений* помогает детям лучше осознать их смысл и различия в выполнении. Далее происходит освоение пантомимических движений вначале без музыкального сопровождения (*проговариванием*), а затем с музыкальным. На следующей стадии обучения дети учатся музыкально отвечать жестом на жест, движением на движение. С этой целью изучаемое движение включается в игровую ситуацию, построенную на взаимодействии партнеров. Первоначально партнером детей в упражнении может выступить педагог (или кукла в руках педагога). В этих условиях дети, выполнив жест, получают возможность наблюдать, каким образом можно «ответить» на движение. Позже дети учатся взаимодействовать друг с другом. Здесь важно, чтобы партнеры смотрели друг на друга, мимика их лиц и пластика жестов передавали заданный музыкой характер, а чередование «реплик» соответствовало изменениям в ней. Далее изучаемое движение включается в небольшую композицию этюда или танца на новом музыкальном материале. Необходимо побуждать детей не только повторять показанные педагогом движения, но и самостоятельно придумывать новые их варианты и сочетания, которые в дальнейшем могут вводиться в сюжетный танец. Таким образом, то или иное изучаемое движение — на пути от простейшего упражнения до сюжетного танца — предстает перед глазами детей каждый раз в новом варианте. Иными словами, создаются условия для наглядно-действенного освоения детьми приемов композиции танца.

Обучение языку движений невозможно без полноценного музыкального материала. Музыка должна активизировать фантазию, направлять ее, побуждать к творчеству. Музыкальные произведения должны нести яркие, узнаваемые образы, доступные детям. При разработке программы учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности детей, физические и психологические особенности ребенка 5 — 8 лет.

Наполняемость групп от 8 до 12 человек. Если группа детей начинает заниматься с более позднего возраста, то целесообразно пройти материал программы первого года, но в более короткие сроки. По окончании этого этапа обучения дети должны получить определенные навыки музыкального развития, а также у них должны сформироваться и развиваться двигательные качества и умения. Дети должны иметь представление о разных видах искусства, и о том, как они нам помогают выразить свои чувства, мысли, эмоции.

3. Учебно-тематический план.

1 год обучения. Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

| | |
|----|--------------------------------------|
| | 1 четверть |
| 1. | Навыки музыкального развития: |
| | быстрый, медленный темп; |

| | |
|-----|--|
| 2. | Основные виды движения, строевые упражнения: |
| | шаг с носка, на полупальцах приставной, прыжки по 6 поз; |
| | перестроение во время бега, ходьбы; |
| | в рассыпную, по кругу, построение в круг, полукруг. |
| 3. | Обще-развивающие упражнения: |
| | упражнения на все группы мышц в разных темпах. |
| 4. | Танцевальные движения, мимика, жесты |
| | пружинка; |
| | вынос ноги вперед на пятку в demi plie; |
| | жесты «хочу – не хочу»; |
| | основные положения рук: на пояс, за спину, на юбке, полочка впереди |
| | поклон – приветствие. |
| 5. | Танцы: |
| | детская полька; |
| | танец утят. |
| 6. | Партерная гимнастика: |
| | создание представления о правильной осанке. |
| 7. | Импровизация под музыку |
| | передача однозначного характера сказочного героя. Образа (неуклюжий мишка, хитрая лиса). |
| | 2 четверть |
| 8. | Навыки музыкального развития: |
| | распознавание верхнего, нижнего регистра, выделение метроритма 4/4. |
| 9. | Основные виды движений, строевые упражнения: |
| | шаг на пятках; |
| | шаг с высоким коленом; |
| | громкий и тихий шаг; |
| | комбинация с изученными шагами; |
| | бег с высоким подъемом колена; |
| | комбинации быстро – медленно (бега – шагов); |
| | прыжки в 6 позиции с поворотом вправо, влево, на двух и на одной ноге; |
| | построения в линию, в шахматы; |
| | перестроения из круга в змейку и обратно. |
| 10. | Общефизические упражнения. |
| 11. | Танцевальные движения, жест, мимика: |
| | комбинации с хлопками и притопами; |
| | «мячики»; |
| | комбинация с упражнениями пальчиковой гимнастики образного характера; |
| | плавные движения руками (качаем куклу, деревья на ветру). |
| 12. | Танцы |
| | «Tutto ja poika»; |
| | «Снежинки». |
| 13. | Партерная гимнастика с мячом: |
| | упражнения на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия. |
| 14. | Импровизация: |
| | импровизация на музыку разного характера (вальс, марш полька, колыбельная). |
| | 3 четверть |
| 15. | Навыки музыкального развития: |

| | |
|-----|---|
| | выделение сильной доли 2/4,4/4, распознавание музыки разного характера (полька, марш, колыбельная). |
| 16. | Основные виды движений, строевые упражнения: |
| | шаг взхлест; |
| | приставной шаг вперед с хлопком, с чередованием ног; |
| | шаг прыжок с высоким коленом; |
| | комбинации шагов в быстром и медленном темпе, из круга в круг; |
| | бег взхлест; |
| | перестроения в рассыпную, парами, тройками; |
| | прыжки с поворотом вправо- влево. |
| 17. | Общефизические упражнения. |
| 18. | Танцевальные движения, мимика жест: |
| | пружинка на одну ногу; |
| | выведение ноги в сторону на каблук-носок в demi plie; |
| | Plie relive - «качаемся на волнах»; |
| | покачивание из стороны в сторону «дует ветер»; |
| | жест «иди сюда - уходи», этюд; |
| | подготовка к присядке. |
| 19. | Танцы: |
| | «Модница»; |
| | «Большая прогулка»; |
| | «Добрый жук». |
| 20. | Партерная гимнастика: |
| | Импровизация; |
| | образ в развитии (белка прыгает по веткам, собирает орехи). |
| 21. | Знакомство с хореографическим искусством: |
| | -просмотр видео – материалов; |
| | -картины, книги... |
| | 4 четверть |
| 22. | Навыки музыкального развития: |
| | распознавать разный характер музыки, метроритм 2/4,4/4. |
| 23. | Основные виды движения строевые: |
| | шаг - приставка с plie; |
| | шаг прыжок; |
| | боковой галоп; |
| | подскоки; |
| | перестроения на шагах и беговых, в разном темпе, ритме. |
| 24. | Обще-развивающие упражнения. |
| 25. | Танцевальные комбинации, мимика, жест: |
| | поворот на шагах на 360*; |
| | танцевальные комбинации. |
| 26. | Танцы: |
| | «Ожившие игрушки»; |
| | «Калинка»; |
| | «Карнавал». |
| 27. | Партерная гимнастика. |
| 28. | Импровизация: |
| | образное выражение любой музыки; |

| |
|--|
| Этюд «Встретились»; Этюд «Зеркало». |
|--|

Ожидаемый результат:

Занимающиеся знают назначение хореографического зала и правила поведения в нем.

- умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, в круг, в полукруг;
- умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений соответствующих периоду обучения под музыку;
- овладели навыками ритмической ходьбы;
- умеют хлопать и топтать в такт музыки;
- умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.);
- знают о значении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- умеют исполнять ритмические, бальные и народные танцы и комплексы упражнений соответствующих периоду обучения под музыку;
- умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- умеют выразить характер музыки в своей импровизации, в музыкальной игре выражают сказочные образы в развитии.

2 год обучения

| | |
|----|---|
| | 1 четверть |
| 1. | Навыки музыкального развития: различение музыкального разного характера (вальс, марш, полька). |
| 2. | Музыкально - ритмические движения, строевые упражнения: ранее проученные шаги в сочетании с простой координацией рук, головы, корпуса комбинации шагов и бега; прыжки ноги «врозь - вместе», «ножницы»; перестроения из круга в пары по кругу. |
| 3. | Общефизические упражнения в разном темпе, характере, исходных положениях. |
| 4. | Танцевальные движения, мимика, жест: 1 позиция ног, пружинка по 1 позиции; выведение ноги в сторону на носок, каблук выворотню; развороты бедра с подъемом колена; жест «предупреждения», жест «берегись», читаем с картинок жесты; притопы в значениях утверждения, подзадоривания этюды на игровое взаимодействие читаем с картины игровую ситуацию. |
| 5. | Танец: «Осенняя сюита»; «Сара - марабу». |
| 6. | Партерная гимнастика-комплекс на развитие гибкости, растяжки. |
| 7. | Импровизация оживление показанной картинки. |
| | 2 четверть |

| | |
|-----|--|
| 8. | Навыки музыкального развития: |
| | распознавание жанров музыки (классическая, современная, народная); |
| | образные картинки музыки. |
| 9. | Музыкально - ритмические, строевые упражнения: |
| | переменный шаг; |
| | 1 позиция ног, шаг с высоким подъемом колена в сторону; |
| | шаг с притопом; |
| | комбинации шагов в разных темпах, и ритмических рисунках; |
| | прямой галоп без перемены ног; |
| | прыжки по 6 поз, с продвижением вперед-назад, вправо-влево; |
| | перестроение из 1 круга в два разно направленных круга. |
| 10. | Обще-развивающие упражнения симметричные движения для разных групп мышц. |
| 11. | Танцевальные движения, мимика, жест: |
| | выведение ноги выворотом в сторону на каблук, носок; |
| | «кукарача» по 1 позиция ног (руки на поясе); |
| | «твист»; |
| | бросок ногой вперед batmen tendu; |
| | жесты «плакать-утешать», этюд «помирились-поссорились». |
| 12. | Танцы: |
| | «Новогодняя полька»; |
| | «Piiri leikki – piiri polka». |
| 13. | Партерная гимнастика. |
| 14. | Импровизация. О чем говорит музыка? Угадай и покажи. |
| | 3 четверть |
| 15. | Навыки музыкального развития: |
| | выделение сильной доли 2/4,3/4,4/4 с помощью хлопков, притопов. |
| 16. | Музыкально - ритмические упражнения, строевые упражнения: |
| | комбинации из изученных шагов в разном темпе, характере, образе, в координации с руками и головой; |
| | высокий шаг; |
| | шаг польки по 6 позиция ног; |
| | беговые комбинации с включением прыжков; |
| | перестроения во время бега, различной ходьбы. |
| 17. | Обще-развивающие упражнения: |
| | комбинации, упражнения на все группы мышц с использованием речитативов, песен. |
| 18. | Танцевальные движения, мимика, жест: |
| | отведение ноги на носок назад, тоже с приседанием, упражнение «маятник»; |
| | присядка; |
| | demi rond вперед в сторону; |
| | поворот на шагах на 360*; |
| | этюды «Заупрямился», «Пожалели». |
| 19. | Танцы: |
| | «Черный кот»; |
| | «Частушки». |
| 20. | Партерная гимнастика, комплекс растяжки с пропеванием песенок. |
| 21. | Импровизация: |

| | |
|-----|--|
| | игровые ситуации в движениях на текст песен. |
| | 4 четверть |
| 22. | Навыки музыкального развития: |
| | распознавать музыкально разные содержания, характера, стиля; |
| | простукивать простейший ритмический рисунок. |
| 23. | Музыкально - ритмические движения, строевые: |
| | шаг вальса; |
| | комбинации из изученных шагов; |
| | прыжки и повороты в различных видах шагов; |
| | перестроения по кругу, змейкой, 2 круга - несколько кругов. |
| 24. | Обще-развивающие упражнения. |
| 25. | Танцевальные движения, мимика, жест: |
| | плавные движения руками, вальс руками; |
| | вперед, в сторону, назад; |
| | шаг «самба»; |
| | бросок ногой вперед, в сторону; |
| | Этюды игрового характера «Одуванчик»; |
| | Этюд «подружки поссорились»; |
| | Этюд «по секрету всему свету». |
| 26. | Танцы, работа над сюжетно игровыми танцами: |
| | «Три поросенка»; |
| | «Вальс цветов». |
| 27. | Par tar и акробатика. |
| 28. | Импровизация с использованием национальной музыки: |
| | с использованием современной музыки. |

Ожидаемый результат:

- Обучающиеся могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально - подвижных игр и упражнений.
- Умеют выполнять хореографические упражнения согласованно с музыкой, владеют комплексами упражнений этого периода и танцы.
- Имеют определенные навыки музыкального развития, а также умеют выражать себя в музыке.
- Имеют представление о различных видах искусства, как они помогают человеку выразить свои мысли, эмоции, чувства.

4. Обеспеченность материально-техническими ресурсами

Зал должен отвечать ряду установленных санитарно-гигиенических требований:

Пол – деревянный настил. Внутренняя отделка должна исключать возможность скопления пыли, для чего пол, стены и потолок обрабатываются соответствующим способом; освещение должно быть ярким и равномерным, желательно скрытым. Вентиляция должна быть приточно-вытяжной: в зале необходим всегда свежий воздух.

Для обеспечения специальных задач обучения рекомендуется иметь следующий минимум оборудования:

| | |
|--------------------------|------------------|
| 1. стенка гимнастическая | вдоль всей стены |
|--------------------------|------------------|

| | |
|---|------------------------|
| 2. горизонтальные палки для гимнастических упражнений (станок) | вдоль двух сторон зала |
| 3. гимнастические коврики | 20 штук |
| 4. зеркала | вдоль двух стен |
| 5. пианино или рояль | 1 |
| 6. аккордеон или баян | 1 |
| 7. музыкальный центр с USB выходом, CD – диском и кассетой с колонками (укрепленный на стене) | 1 |
| 8. тренажеры для развития качеств: - силы - растянутости - гибкости - прыжков - устойчивости во вращениях на месте | |
| 9. канифоль | |
| 10. видео и MP3 диски | |
| 11. телевизор ЖК | 1 |
| 12. напольное покрытие – линолеум 6*6 для занятий современного танца | 1 |

5. Методическое обеспечение

1. Александрова Н.Г. Ритмическое воспитание. - М., 1924.
2. Бекина С., Соболева Э. Играем и танцуем. – М., 1992.
3. Бовина Н. Ритмика. - Петрозаводск, 1995.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. - 000 «ГНОМ и Д», 2003.
5. Ершова А. и другие Искусство в жизни детей. – М., 1991.
6. Климов А. Основы русского танца. – М., 1983.
7. Константинова А.И. Игровой стретчинг. - СПб, «Аллегро», 1993.
8. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста (в двух частях). М., «Владос», 2001.
9. Каява Е. и другие Музыкальные игры, пляски и упражнения в детском саду. – М., 1957.
10. Лифиц И.В. Ритмика. – М., «Академия», 1990.
11. Луговская Л. Ритмические упражнения, игры, пляски. – М., 1991.
12. Львова Н. Калейдоскоп. (Пособие педагогам по внеклассной работе, музыкальным работникам детских садов и родителям для гармонического развития детей.) - «Гуманистика», 2003г.
13. Луцкая Е. Жизнь в танце. – М., 1967.
14. Мальми В.В. Истоки карельской хореографии. – П., 1994.
15. Мальми В.В. Народные игры Карелии. – П., 1987.
16. Мальми В.В. Народные танцы Карелии. – П., 1978.
17. Мальми Х.И. Маленький хоровод. – П., 1991.
18. Пунина З., Харламов Ю. Ритм и культура танца. – Л., 1926.
19. Руднева С. Ритмика. Музыкальное движение. - М., «Просвещение», 1972.
20. Ткаченко Т. Народные танцы. – М., 1977.
21. Узорова О.В. Игры с пальчиками. - М., 000 «Астрель», 2003.
22. Фирилева Ж.Е. Са-ФИ-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб, «Детство-пресс», 2003.

23. Франно Г. Методическое пособие по ритмике.- М., «Музыка», 1995.

6. Список нотной литературы

1. Бовина Н. Ритмика. – П.,1995.
2. Каплунова И. Музыка и чудеса, серия «Ладушки». СПб. «Композитор», 2000.
3. Каплунова И. Топ-топ, каблучок, серия «Ладушки». СПб. «Композитор», 2000.
4. Каплунова И. Ах, карнавал! серия «Ладушки». СПб, «Композитор», 2001.
5. Михайлова М. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.- Я., «Академия развития», 2001.
6. Федорова Г.П. Пой, пляши, играй от души! СПб, «Детство-пресс», 2001.