**КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АДМИНИСТРАЦИИ Г.НОВОКУЗНЕЦКА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 4»**

**e-mail:** [**ddt4\_nkz@mail.ru**](mailto:ddt4_nkz@mail.ru)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО

«Дом детского творчества № 4»

 Приказ № 91/1 от 27.05.2021г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.П. Цуканова

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ МОЗАИКА»**

(для учащихся 5-7 лет)

Направленность - художественная

Уровень освоения содержания программы – стартовый

Срок реализации программы 1 год

Программа рекомендована

к работе педагогическим советом

МБУ ДО ДДТ № 4

Протокол № 3

от «27» мая 20­­21 г.

**Разработчик:** Шабалина Е.П.,

педагог дополнительного образования

**Адрес**: 654059

Кемеровская область,

г. Новокузнецк,

ул. М. Тореза, 82 а,

тел. 54-63-35

**НОВОКУЗНЕЦКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ**

**2021**

1. **Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы**
2. **Общая характеристика программы**

**Направленность** дополнительной общеразвивающейпрограммы «Танцевальная мозаика» (далее программа «Танцевальная мозаика») – **художественная.**

Программа «Танцевальная мозаика» разработана в соответствии с требованиями ФЗ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями 2020 года, Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (с изменениями и дополнениями), СП 2.4.3648-20 (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28), Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кемеровской области (распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 года № 212-р), Устава и других локальных нормативных актов МБУ ДО ДДТ № 4; с учетом методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных Министерством образования и науки Российской Федерации (Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 № 09-3242).

Занятия ритмикой учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Уже в пять лет учащиеся обладают достаточно высоким уровнем психического развития. Память пятилетнего дошкольника обычно развита хорошо, особенно двигательная и эмоциональная, поэтому он легко запоминает то, что его сильно заинтересовало и взволновало. Он может адекватно реагировать на слово или слово, сочетающееся с показом. Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели. Занятия ритмикой призваны развивать координацию движений, формировать красивую походку и правильную осанку, выразительность исполнительных навыков в танце.

К пяти годам развитие опорно-двигательной системы еще не закончено, позвоночник гибок и податлив. Значит, педагогу нужно быть особенно бережным по отношению к учащимся и особое внимание уделить укреплению скелетной мускулатуры. Например, резкие движения рук могут привести к вывиху. Однако, неторопливые, спокойные танцы можно считать укрепляющими упражнениями. У детей 5–6 лет наблюдается незавершенность строения стопы, а именно танцевальное искусство обладает большим арсеналом движений, укрепляющих и формирующих стопу. Старший дошкольник способен дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что он может и умеет выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям, то есть менять темп.

В программе «Танцевальная мозаика» учтён национально-региональный компонент, который предусматривает знакомство с элементами танцевальной культуры народов Сибири, дает понятие об основах народного танца, многообразие его видов и различную манеру исполнения.

**Отличительные особенности программы**

Программа «Танцевальная мозаика» опирается на авторские методики Афанасенко Е.Х., Шевлюга С., Беликова А.Н., Базарова Н.П., Мей В.П., Ерохина О.В., Моор А. Отличительные особенности программы заключаются в методике обучения детей. В основе подачи материала лежит классическая обучающая методика, так как без нее учащиеся не смогут овладеть необходимыми навыками и умениями искусства танца. Подразумевается индивидуальный подход к обучению каждого учащегося с учетом его физических и творческих возможностей и интересов. В процессе обучения выявляются индивидуальные способности учащихся и с учетом этих данных создаются индивидуальные программы занятий, степень участия детей в постановках танцев. Единая структура занятий обуславливает подбор следующих методических приемов, которые вызывают у детей желание творчества: метод показа, словесный метод, импровизационный, игровой, метод иллюстративной наглядности.

**Основные принципы программы**

* **Принцип сознательности и активности** предусматривает формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.
* **Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.
* **Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к не известному, от легкого к трудному, от простого к сложному.
* **Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.
* **Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:
* безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
* глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
* создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.
* **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.
* **Принцип индивидуальности** создаёт возможности для поддержки и дальнейшего развития индивидуальных особенностей каждого участника программы. Групповая форма работы не противоречит данному принципу, а, напротив, способствует личностному росту и развитию социальных навыков личности.
* **Принцип интерактивности.** Интерактивность образовательного процесса повышается за счёт внедрения дистанционных форм обучения и заключается в непрерывном взаимодействии всех участников образовательного процесса, где каждый учащийся в любой период обучения имеет доступ ко всем материалам обучения и к самому педагогу.

**Формы и режим занятий**

По нормативным срокам реализации программа рассчитана на 1 год обучения, возраст учащихся 5-7 лет. Общий объем часов составляет – 68 часов.

Форма обучения – очная. Основной формой образовательной деятельности являются занятия, которые проводятся по группам, наполняемость – 7 человек. Мальчики и девочки занимаются вместе. Программа рассчитана на всех желающих, группы комплектуются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

Продолжительность занятий: 2 академических часа в неделю (2х25, 30 минут). Занятия проводятся один раз в неделю по 2 академических часа с обязательным перерывом 10 минут.

Практический материал предложен по темам с различным уровнем сложности в зависимости от физических способностей ребенка.

Основными **формами** занятий по программе являются: демонстрация нового материала, разучивание и исполнение упражнений, репетиционная работа, дистанционное занятие с использованием ИКТ и ЭОР (Чат-занятия, Форум-занятия, Вебинар-сессия).

Необходимость занятий с использованием дистанционных технологий и ЭОР опирается на локальные нормативные акты МБУ ДО ДДТ № 4 и актуальна в период карантина, неблагоприятных погодных условий, выезда части коллектива на конкурсы и фестивали, по семейным обстоятельствам, в каникулярное время и др.

Учитывая возрастные особенности учащихся 5-7 лет, дистанционная форма занятий применяется при непосредственном участии родителей в удобное для них время. Учащимся создаются условия для свободного доступа к информационным ресурсам, образовательного информационного Интернет-пространства коллектива, где размещается информация для учащихся и их родителей (например, группа в Вконтакте, в Viber или в WhatsApp).

1. **Цель и задачи программы**

**Цель программы**: обучение учащихся творческому исполнению танцевальных движений и передаче образов через движения.

Реализация цели программы происходит через решение следующих **задач:**

1. Формировать ритмические способности учащихся.
2. Формировать у учащихся навыки исполнения элементарных танцевальных связок.
3. Развивать у учащихся координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.
4. Развивать у учащихся ассоциативное и образное мышление.
5. Воспитывать у учащихся умения взаимодействовать друг с другом.

**3. Содержание программы**

**3.1. Учебный план**

**1 год обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов, тем** | **Теория** | **Практика** | **Всего** | **Формы контроля** |
| 1. | Ритмические упражнения | 3 | 5 | 8 | Опрос, упражнения |
| 1.1. | Характер музыкального произведения | 1 | 1 | 2 | Упражнения с музыкальным сопровождением |
| 1.2. | Темп и музыка | 1 | 1 | 2 | Практические приемы |
| 1.3. | Динамические оттенки музыки | 1 | 3 | 4 | Беседа, слушание, опрос, упражнения |
| 2 | Развитие групп мышц и суставов | 2 | 6 | 8 | Беседа, упражнения с музыкальным сопровождением |
| 2.1. | Упражнения для головы, плеч, кистей рук, ног | 1 | 3 | 4 | Упражнения с музыкальным сопровождением |
| 2.2. | Упражнения для корпуса | 1 | 3 | 4 | Беседа, наблюдение, практические приемы, упражнения |
| 3. | Экзерсис на середине зала | 2 | 10 | 12 | Наблюдение, практические навыки |
| 3.1. | Упражнения для корпуса | 1 | 5 | 6 | Наблюдение, упражнения |
| 3.2. | Прыжки | 1 | 5 | 6 | Упражнения с музыкальным сопровождением |
| 4. | Формы партерной гимнастики | 2 | 10 | 12 | Беседа, наблюдение, упражнения с музыкальным сопровождением |
| 4.1 | Упражнения на спине | 1 | 5 | 6 | Упражнения с музыкальным сопровождением  Конкурс |
| 4.2. | Упражнения лежа на животе | 1 | 5 | 6 | Упражнения с музыкальным сопровождением |
| 5. | Соотношение пространственных построений с музыкой и ритмом | 2 | 10 | 12 | Наблюдение, упражнения с музыкальным сопровождением  Концертная программа |
| 5.1. | Понятие о фигурных построениях | 1 | 5 | 6 | Наблюдение, практические приемы, упражнения |
| 5.2. | Перестроения | 1 | 5 | 6 | Беседа, наблюдение, практические приемы, упражнения с музыкальным сопровождением |
| 6. | Основы освоения народной хореографии. Базисные движения | 1 | 5 | 6 | Беседа, наблюдение, практические приемы, упражнения с музыкальным сопровождением |
| 7. | Простейшие танцевальные комбинации | - | 8 | 8 | Наблюдение, практические приемы, упражнения |
| 8. | Закрепление и повторение пройденного материала | - | 2 | 2 | Фестиваль |
|  | **Итого:** | **12ч.** | **56 ч.** | **68 ч.** |  |

**3.2. Содержание программы**

**Раздел 1. Ритмические упражнения**

**Тема 1.1. Характер музыкального произведения**

*Теория:* Организационные моменты. Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки, легато-стаккато.

*Практика:* Слушание музыки, определение ее характера. Ритмизированные шаги, переходы, приставки. Выпады с хлопками. Отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных пьес (веселый, спокойный, энергичный, торжественный).

**Тема 1.2.Темп и музыка**

*Теория:* Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, умеренно, быстро).

*Практика:* Движения в разных темпах, переключение с одного темпа на другой. Шаги с хлопками.

**Тема 1.3. Динамические оттенки музыки**

*Теория:* Динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко).

*Практика:* Игровое упражнение на различение динамических оттенков музыки (тихо, умеренно, громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от характера музыки.

**Раздел 2. Развитие групп мышц и суставов**

**Тема 2.1.** **Упражнения для головы, плеч, кистей рук, ног**

*Теория:* (специальная терминология) натянутый носок, сокращенная стопа, основные группы мышц, подвижность суставов

*Практика:* Упражнения на развитие подвижности суставов. Упражнения для головы, плеч, рук, подвижности корпуса. Напряжение и расслабление мышц рук. Сгибание кистей вниз, вверх, вперед, назад. Поднимание рук вверх и опускание вниз. Напряжение и расслабление мышц ног. Вращение стопы. Поднимание стопы носком вверх, опускание вниз, отведение вправо, влево. Укрепление мышц шейного отдела позвоночника. Наклоны, повороты головы. Круговое вращение головой. Круговые движения плечами.

**Тема** **2.2.** **Упражнения для корпуса**

*Теория:* (специальная терминология) гибкость, танцевальный шаг, прямая спина. Основные группы мышц для развития пластики.

*Практика:* Упражнения на развитие гибкости позвоночника. Шаги с носка, на полупальцах. Сочетание шагов на пятках и носках. Шаги с высоко поднятыми коленями («Цапля»). Упражнение на устойчивость – «Цапля» Наклоны корпуса вперед (руки на поясе) и в стороны (руки вытянуты вперед). Поднимание и опускание туловища в положении лежа на спине. Поднимание и опускание туловища в положении лежа на животе. Поднимание и сгибание ног лежа на спине – «Окошечки». «Макушки тянем к потолку». «Книжечка» «Раскрывшийся цветочек». «Носочек смотрит в потолок». «Лодочка». «Корзиночка». «Лягушка». Повороты. Маховые движения. Приседания. Прыжки на месте.

**Раздел 3. Экзерсис на середине зала**

**Тема 3.1. Упражнения для корпуса**

*Теория:* Правила выполнения экзерсиса на середине зала.

*Практика:* Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса: а) повороты и наклоны головы; б) поднимание/опускание плеч; в) наклоны, повороты корпуса; г) положение рук на поясе, вперед, вверх, в стороны. Упражнения для ног: а) приседание «пружинка» по 6-ой позиции; б) подъем на полупальцы по 6-ой позиции; в) поднимание ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута); г) прыжки по 6-ой позиции; д) прыжки из 6-ой позиции во 2-ую и обратно («ножницы»).

**Тема 3.2. Прыжки**

*Теория:* Подготовка корпуса к прыжкам на середине зала.

*Практика:* Прыжки с поджатыми по 6-йпозиции. Прыжки с переменой ног (правой и левой). Прыжки по 6-й позиции с прямыми ногами. Прыжки в приседе упражнение «Мячик». Прыжки с выставлением ноги вперед на натянутый носок и в сторону. Прыжки «Поскоки» с высоким поднимание колена, боковой галоп правым и левым плечом.

**Раздел 4. Формы партерной гимнастики**

**Тема 4.1.****Упражнения на спине**

*Теория:* Правила выполнения упражнений в партере

*Практика:* Элементы партерной гимнастики: а) сокращение и вытягивание стоп по 6-ой позиции (сидя); б) «свертывание» и «развертывание» корпуса («улитка»); в) наклоны корпуса вперед (сидя) с ногами, вытянутыми вперед, а позднее – с ногами, открытыми в стороны («складочка»); г) упражнения для гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и живота: «Кобра», «Ласточка», «Котенок», «Бабочка». «Мостик». «Велосипед».

**Тема 4.2.****Упражнения** **лежа на животе**

*Теория:* Значение выполнения упражнений партерной гимнастики.

*Практика:* «Качалочка». «Лягушка». «Коробочка»

**Раздел 5. Соотношение пространственных построений с музыкой и ритмом**

**Тема 5.1. Понятие о фигурных построениях**

*Теория:* Понятие фигурных построений: колона, пара, круг, шеренга, дистанция, поворот (на право, на лево, вокруг себя).

*Практика:* Построение в колону по одному, по два. Шаги и бег по кругу. Сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале с последующим возвращением в линию, колонку, круг. Движения по диагонали.

**Тема 5.1. Перестроения**

*Теория:* Точки ориентации в хореографическом зале.

*Практика:* Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно. Расход парами в движении и на месте.

**Раздел 6. Основы освоения народной хореографии. Базисные движения**

*Теория:* Танцы, связанные с производственной (рыболовной, охотничьей и т.д.) деятельностью народов Сибири.

*Практика:* Особенности движения в танце народов Сибири. Приставные шаги. Притопы. Хоровод. «Ковырялочка». Движение рук в народном танце.

**Раздел 7. Простейшие танцевальные комбинации**

*Теория*: Подготовительные и основные движения к танцу. Отработка разученных танцевальных комбинаций.

*Практика*: Разучивание движений по степени их сложности. Работа над отдельными движениями. Объединение движений в комбинации. Объединение блоков в законченную форму – танец. Рисунки танца. Работа над образом, раскрывающимся в танце. Танцевальные этюды и танцы: «Цыплята»; «Чебурашка»; «Веселые путешественники»; «Любитель-рыболов»; «Разноцветная игра».

**Раздел 8. Закрепление и повторение пройденного материала**

*Практика:* Репетиции в костюмах. Сдача готовой постановочной работы.

**4. Планируемые результаты**

1. Формирование ритмических способностей учащихся.
2. Навыки исполнения элементарных танцевальных связок.
3. Развитие у учащихся координации движений и умение ориентироваться в пространстве.
4. Развитие ассоциативного и образного мышления.
5. Учащиеся умеют взаимодействовать друг с другом.

**II. Комплекс организационно-педагогических условий**

1. **Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**

* Коврики
* Музыкальный центр, DVD, ПК
* CD диски
* Фонотека
* Сборники музыкального сопровождения
* Танцевальная обувь
* Костюмы

**Кадровое обеспечение**

Программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, Почетный работник общего образования РФ Шабалина Евгения Павловна. Образование – высшее профессиональное, 1977г., Новокузнецкий государственный педагогический институт, география, учитель географии средней школы;1978г., факультет общественных профессий, отделение народных танцев, руководитель кружка народных танцев. Шабалина Е.П. представляет опыт работы в форме мастер-классов: городской практико-ориентированный семинар «Реализация Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в Доме детского творчества № 4» (2018г.), открытый городской фестиваль мастер-классов «Творчество – путь к совершенству!» (2019г.).

1. **Формы контроля**

Используются следующие формы контроля: наблюдение, упражнения,

практические навыки, беседа, опрос, демонстрация практических навыков, открытое занятие-концерт, конкурс, фестиваль, упражнения с музыкальным сопровождением, практические приемы, концертная программа.

Контроль за усвоением практических умений и навыков осуществляется на каждом занятии и в течение года.

1. **Оценочные материалы**
   1. Диагностика образовательной деятельности осуществляется в соответствии с установленными требованиями к уровню физической подготовленности учащихся по возрасту.
   2. Диагностика воспитательной деятельности осуществляется с помощью методов педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций.
2. **Методические материалы**

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения.

Теоретические сведения преподносятся в процессе практических занятий. Программа по танцу ориентирована на профессиональную методику, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

Учитывая поставленные задачи, в образовательной программе используются корректирующие или нетрадиционные **методы и приемы** работы с детьми:

- речевое общение с детьми; правильная ориентация движения на площадке (к стене, к двери, в центр, из центра);

- речь, опережающая события (кружимся);

- речь, подтверждающая действия (прыгнул кот);

- синхронное и зеркальное восприятие;

- перевод из одного пространства в другое (приучение детей ориентированию на разных площадках – в классе, на сцене; ощущению группового и индивидуального пространства);

- использование различных типов восприятия детьми изучаемого материала;

- обращение внимания на индивидуальную культуру исполнения

(замечать способности каждого ребенка);

- использование образных названий движений и комбинаций («корзиночка», «лодочка», «лягушка» и др.).

Но методика обучения не замыкается только на нетрадиционных методах и приемах работы. Используются хорошо зарекомендовавшие себя, действенные методы:

- наглядные (фотографии, иллюстрации, видеозаписи, показ движений педагогом);

- словесные (описание, объяснение, беседа);

- практические (репродуктивные, самостоятельная работа, сравнительный анализ, самоконтроль).

**Формы занятий**

- Рассказ (о танце; о нравах, обычаях того народа, чей танец разучивается; знакомство с отличительными особенностями костюма);

- Постановочное занятие (разучивание движений, композиции);

- Репетиционное занятие (отделка каждого движения, комбинации, фигуры, работа над танцевальным образом);

- Занятие-концерт.

Для учащихся 5-7 лет характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмика, а это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа, настроения делает занятия не скучными, а насыщенными и интересными. Занятия ритмикой служат задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребенка, укрепляют мышцы, благотворно влияют на работу органов дыхания. На занятиях, на первых этапах следует выделить движения ног, так как импульсы от ходьбы, бега, прыжков получает все тело. Занятия развивают у детей музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус.

Учащиеся младшего возраста из-за слабости мышц не могут долго держать корпус в натянутом состоянии и поэтому быстро устают. Партерные упражнения на ковриках способствуют раскрепощению и отвлекают внимание детей на занятия другого характера.

Музыкально-ритмические упражнения, рекомендуется вводить постепенно, вначале наиболее простые, затем усложнять, переходя от медленного темпа к быстрому. При исполнении упражнений для определенных групп мышц все другие части тела остаются статичными. Упражнения следует выстраивать так, чтобы физическая нагрузка постепенно возрастала: от легких движений переходить к более трудным, от простых, известных – к сложным по координации композициям.

Кроме того, возможно введение в учебный репертуар лучших историко-бытовых танцев разных эпох.

Исполнительский репертуар подбирается с учетом его воспитывающего и обучающего воздействия на личность участников танцевального коллектива. Каждая постановочная работа в процессе ее развития и конечном результате должна ориентироваться на формирование художественных взглядов и представлений участников.

Важнейшей задачей в процессе постановочной работы является воспитание у воспитанников творческой дисциплины и сознательности, без чего невозможно добиться каких-либо успехов.

Педагог должен уметь просто, доступно объяснить участникам свои требования, научить видеть перспективу.

Танцевальные движения, их характер, рисунок танца, эмоциональная насыщенность должны логично сочетаться с музыкальным сопровождением.

Танцующие дети на сцене должны быть подобраны по внешнему виду, росту и техническому уровню исполнения.

Все движения должны быть осмысленны, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки.

**III.Список литературы**

1. Базарова Н. П., Мей В. П., Соковнина Е. Н. Азбука классического танца. Первые три года обучения. Учебное пособие. – Планета музыки, 2020. – 272 с. – ISBN 978-5-8114-0658-6

2. Бекина С. И., Ломова Т. П. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет): Из опыта работы муз. руководителей дет. садов. – М.: Просвещение, І984. – 288 с. – ISBN 4305000000-666

3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика [Текст]: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб., 2009.

4. Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду: программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2010. – ISBN 978-5-86775-337-5

5. Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Учебно-методическое пособие. – M.: Владос, 2001. - 112 c. - (Серия : Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки). – ISBN 978-5-533-01362-8

6. Лукина А. Г. Круговые танцы их значение и роль в жизнедеятельности народов Севера // Культура и цивилизация. 2017. Том 7. № 4 А. С. 665-679.

7. Михайлова М. А. Танцуем, поём, играем: пособие для родителей и педагогов. – Ярославль, 2009. – ISBN 5-7797-0026-5

8.Моргунова О. Н. Оздоровительная работа в ДОУ: методическое пособие. – Воронеж, 2011.

9. Пустовойтова М. Б. Ритмика для детей 3–7 лет : учеб.-метод. пособие / М. Б. Пустовойтова. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. — 182 с. : ил., ноты. — (Библиотека музыкального руководителя и педагога музыки). – ISBN 978-5-691-01707-0

10. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей [Текст] : сборник рекомендаций. – СПб., 2011.

**Литература для педагогов**

1. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2001.
2. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
3. Детская энциклопедия «Балет». – М.: Астрель Аст, 2001.
4. Комиссаржевский Ф. Ф. История костюма. – Минск : Современный литератор, 1999.
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития, 2000.
6. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду. – Ярославль : Академия развития, 1996.

**Литература для учащихся**

1. Балет. Энциклопедия. – М. : Советская энциклопедия, 1981.
2. Блок В. М. и Португалов К. П. Русская и советская музыка. – М. : Просвещение, 1977.
3. Блок Д. Д. Классический танец. История и современность. – М. : Искусство, 1987.
4. Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет. – М. : Русский язык, 1987.
5. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
6. Детская энциклопедия «Балет». – М. : Астрель Аст, 2001.
7. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев : Музыка, 1983.
8. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М. : Детская литература, 1989.
9. Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало ХХ века. – СПб.: Азбука-классика, 2005.
10. Пасютинская В. Волшебный мир театра. – М. : Просвещение, 1985.

Календарный учебный график

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | № занятия п/п | Раздел программы, тема занятия | | | Формы контроля | Общее количество часов | | | Из них | | | | |
| Теория | Практика | | | |
| Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | **Ритмические упражнения.** | | | | | **8** | | | **3** | **5** | | | |
| 1. | Понятие ритма в музыке. Умение слушать музыку, определять характер музыкального произведения | | | Беседа упражнения | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 2. | Понятие темпа в музыке. Умение выполнять движения в разных темпах. | | | Ритмический диктант, упражнения | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 3. | Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки. | | | Упражнения | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 4. | Умение различать динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от характера музыки. | | | Слушание, опрос | 2 | | | - | 2 | | | |
| **Развитие групп мышц и суставов** | | | | | **8** | | | **2** | **6** | | | |
| 5. | Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. | | | Беседа, упражнения | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 6. | Упражнения для головы, плеч, кистей рук. | | | Упражнения | 2 | | | - | 2 | | | |
| 7. | Упражнения для подвижности корпуса. Повороты, наклоны корпуса. | | | Упражнения | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 8. | Разучивание маховых, пружинных движений. | | | Упражнения | 2 | | | - | 2 | | | |
| **Экзерсис на середине зала** | | | | | **12** | | | **2** | **10** | | | |
| 9. | Подготовка к упражнениям на середине зала. Выполнение упражнений под музыку. | | | Наблюдение, практические навыки | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 10. | Повороты, наклоны головы. Поднимание, опускание плеч. | | | Наблюдение, практические навыки | 2 | | | - | 2 | | | |
| 11. | Положение рук на поясе, вперед, вверх, в стороны. Работа кистей рук. Наклоны корпуса. | | | Наблюдение, практические навыки | 2 | | | - | 2 | | | |
| 12. | Приседание «пружинка» по 6-ой позиции. Подъем на полупальцы по 6-ой позиции. | | | Наблюдение, практические навыки | 2 | | | 1 | 1 | | | |
| 13. | Поднимание ноги, согнутой в колене, вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута). | | | Наблюдение, практические навыки | 2 | | | - | 2 | | | |
| 14. | Прыжки по 6-ой позиции. Прыжки из 6-ой позиции во 2-ую и обратно («ножницы»). | | | Упражнения с музыкальным сопровождением | 2 | | | - | 2 | | | |
| **Формы партерной гимнастики** | | | | | **12** | | | **2** | **10** | | | |
| 15. | Правила выполнения упражнений в партере. Подъемы правой, левой ноги поочередно на 450 с вытянутой стопой. | | Беседа, практические навыки | | | | 2 | 1 | | | 1 | |
| 16. | Положения сидя и лёжа в партерной гимнастике. Сокращение и вытягивание стоп по 6-ой позиции (сидя). | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | | 2 | |
| 17. | «Свертывание» и «развертывание» корпуса («улитка»). | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | | 2 | |
| 18. | Наклоны корпуса вперед (сидя) с ногами, вытянутыми вперед, с ногами, открытыми в стороны («складочка»). | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | | 2 | |
| 19. | Упражнения для гибкости позвоночник «Кобра» | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | | 2 | |
| 20. | Упражнения для укрепления мышц спины и живота: «Котенок». «Ласточка», | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | | 2 | |
| **Соотношение пространственных построений с музыкой и ритмом** | | | | | | | **12** | **2** | | **10** | | |
| 21. | Основные упражнения на развитие ориентации в пространстве. | | Наблюдение, упражнения | | | | 2 | 1 | | 1 | |
| 22. | Построение в линию, в две линии в «шахматном» порядке. | | Наблюдение, упражнения | | | | 2 | - | | 2 | |
| 23. | Построение в круг | | Наблюдение, упражнения | | | | 2 | 1 | | 1 | |
| 24. | Шаги с носка на всю стопу, на полупальцах, на пятках, шаг с высоким подниманием колена по кругу. | | Наблюдение, упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | 2 | |
| 25. | Бег на полупальцах, с высоким подниманием колена, с захлестом голени в пространственных перестроениях. | | Наблюдение, упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | 2 | |
| 26. | Сужение и расширение круга. | | упражнения с музыкальным сопровождением | | | | 2 | - | | 2 | |
| **Основы освоения народной хореографии. Базисные движения** | | | | | | | **6** | **1** | | **5** | | |
| 27. | Особенности движения в танце народов Сибири. Приставные шаги. Притопы. «Ковырялочка» | | Беседа, практические приемы | | | 2 | | 1 | | 1 | | |
| 28. | Хоровод в народном танце. Хороводный шаг. | | Практические приемы,  упражнения | | | 2 | | - | | 2 | | |
| 29. | Положение и движение руками в танце народов Сибири для девочек и мальчиков. | | Практические приемы,  упражнения | | | 2 | | - | | 2 | | |
| **Простейшие танцевальные комбинации** | | | | | | **8** | | **-** | | **8** | | |
| 30. | Разучивание танцевальных связок. | | Наблюдение, упражнения | | | 2 | | - | | 2 | | |
| 31. | Объединение танцевальных связок в композицию. | | Практические приемы, диагностика | | | 2 | | - | | 2 | | |
| 32. | Исполнение танцевальных комбинаций под музыку. | | Практические приемы, диагностика | | | 2 | | - | | 2 | | |
| 33. | Разучивание танцевальных этюдов | | Практические приемы, диагностика | | | 2 | | - | | 2 | | |
| **Закрепление и повторение пройденного материала** | | | | | | **2** | | **-** | | **2** | | |
| 34. | Исполнение танцевальных этюдов. | Демонстрация практических навыков.  Фестиваль | | | | 2 | | - | | 2 | | |
|  |  | **Итого:** |  | | | | **68** | | **12** | | **56** | | |