

Извлечение из Основной образовательной программы
дошкольного образования на 2022-2023 уч.год
(утверждено приказом № 65/13 от 30.08.2022 г.)

**Дополнительная
Образовательная программа
кружка «Веселый каблучок»**

Программа рассчитана на детей старшей - подготовительной
дошкольной группы
Срок реализации 1 год

2022-2023 учебный год

Оглавление

№	Наименование разделов	Стр.
1	Целевой раздел.	
1.1.	Пояснительная записка	2
1.2.	Цели и задачи Программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.4.	Целевые ориентиры освоения программы	7
2	Содержательный раздел	
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы	8
2.2.	Содержание работы кружка по танцам	
2.2.	Для детей 5-7 лет	10
2.3.	Описание форм, способов, методов и средств реализации программы	33
2.4	Организационный раздел.	
3.	График работы кружка	34
3.1.	Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию программы	34
3.2	Приложение	
3.3.	Возрастные характеристики детей	35
3.4.	Календарный план воспитательной работы на 2022-2023 учебный год	65

1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное, что есть в жизни – это свободное движение под музыку.

И научиться этому можно у ребенка.

А.И.Буренина.

Настоящая рабочая программа составлена в соответствии с основной общеобразовательной программой «От рождения до школы» Автор: Н. Е. Веракса, реализуемой дошкольными группами МОУ СОШ №2 с.п. Атажукино, в соответствии с введением в действие федерального государственного общеобразовательного стандарта.

Содержание работы в возрасте от 5 до 7 лет выстроено в соответствии с общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией И.Е. Веракса. Программа строится на принципе личностно - ориентированного взаимодействия взрослого с детьми и обеспечивает познавательное и художественно- эстетическое развитие детей в соответствии с введением в действие федерального государственного общеобразовательного стандарта.

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным Законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012г. № 273- ФЗ;
- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Комментариями Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
- Приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Письмом Минобрнауки России от 07.06.2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;
- Санитарными правилами СП 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года.
- Законом КБР «Об образовании» от 24.04.2014г.;
- Уставом МОУ СОШ № 2 с.п. Атажукино;
- Основной образовательной программой дошкольных групп муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2 с.п.Атажукино на 2021 -2025 учебный год;
- Рабочей программой воспитания к образовательной программе дошкольного образования муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» с.п. Атажукино.

1.2. Цели и задачи программы:

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДГ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Программа «Веселый каблучок» ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем танцы, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия танцами дают организму физическую нагрузку, равное сочетание нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся

чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и

закладывается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Программа рассчитана на два года обучения и рекомендуется для ОД с детьми с 5 до 7 лет. ОД проводятся в старшей и подготовительной группе по 1 раз в неделю. Длительность ОД: старшая группа – 25мин, подготовительная группа – 30 мин. Целевые ориентиры развития ребенка проводятся на этапе завершения дошкольного образования в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Цель программы – Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Исходя из цели, предусматривается решение следующих основных задач:

- **обучающая** - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- **развивающая** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
- **воспитывающая** –воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Реализуемая программа: «Ритмическая мозаика», автор А.И. Буренина.

Цель программы: развивать ребенка, формируя средствами музыки и ритмических движений разнообразные умения, способности, качества личности.

Задачи:

1. Развитие музыкальности:

- развивать способность к восприятию музыки, т. е. умение чувствовать ее настроение и характер, понимать содержание;
- развивать специальные музыкальные способности: музыкальный слух (мелодический, гармонический, тембровый), чувства ритма;
- музыкальный кругозор и познавательный интерес к искусству звуков;
- музыкальную память.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- развивать точность, ловкость, координацию движений;
- гибкость и пластичность;
- выносливость, силу;
- умение ориентироваться в пространстве;
- формировать правильную осанку, красивую походку;
- обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей:

- потребности самовыражения в движении под музыку;
- развивать творческое воображение и фантазию;
- способности к импровизации в движении.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировать подвижность (лабильность) нервных процессов;
- развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление.

5. Развитие нравственно- коммуникативных качеств личности:

- воспитывать умение сопереживать другим людям и животным;
- формировать чувство такта и культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Задачи кружка:

1. Развитие мотивации личности к познанию и творчеству.
2. Обучение эмоциональному благополучию.
3. Создание условий для социального культурного самоопределения, творческой самореализации .
4. Укрепление физического и психического здоровья.
5. Создание условий для развития личности ребенка.

Структура занятия по танцам – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

- *Вводная часть* занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); танцевально ритмическая гимнастика.
- *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и балльные танцы, пластика, креативная гимнастика.
- *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

1.4. Целевые ориентиры освоения программы

По итогам освоения программы планируется достижение следующих результатов:

Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения упражнений классического танца;
- названия и правила выполнения упражнений народного танца;
- названия и правила выполнения портерного экзерсиса;
- правила поведения в хореографическом зале;
- правильно дышать;
- координировать простейшие танцевальные движения;
- различать танцевальную музыку, акцентировать сильную долю;
- названия и правила выполнения элементов современного танца;
- названия и правила выполнения европейского танца – вальс;
- координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве музыкального зала;
- уметь выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку;
- правила поведения в хореографическом зале.

2.Содержательный раздел

2.1.Содержание психолого-педагогической работы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении двух учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Для этих занятий необходимы мягкие коврики, на которых будет удобно заниматься на полу.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.),научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4.Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Танцевальный калейдоскоп».

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебные год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем

будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement tendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой, с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса, полонеза. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например: веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

2.2.Содержание образовательной работы по танцам для детей 5-6 лет

Перспективное планирование

Ме сяц	Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
	Вводное занятие	«Давайте познакомим ся»	Знакомство с детьми. Что такое танец. Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности.Постановка корпуса. Положение рук на талии. VI, I свободная позиции ног. Танцевальный шаг с носка. Танец «Топ по паркету» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах) Игра «Давайте потанцуем»	Познакомить в форме игры с хореографией - как видом искусства и содержанием программы. Объяснить правила поведения в муз. зале и форму одежды	- беседа - объяснение. - показ, инструкция. - импровизация.
	Музыкально ритмические движения	«Здравствуй сказка»	Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.) Разминка «Сказочные герои» (голова – повороты вправо, влево, наклоны к правому, левому плечу; плечи, руки – поочередное поднимание плеч вверх; движения кистями рук вверх вниз, сгибание – разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх – опускание в руки; корпус – повороты, наклоны в стороны, вперед, ноги – поочередное поднимание пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед - назад, поднимание колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе – врозь)	- формировать правильное исполнение танцевального шага. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой - разогреть мышцы. - Развивать первоначальные навыки координации движений. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - совершенствовать исполнение выученных движений. - познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый) - познакомить детей с динамическими	- инструкция. - пояснение - объяснение - повтор за педагогом, - самостоятельно е исполнение. - показ.

			— Хлопки в ладоши – простые и ритмические. - Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы. - «Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт. - «шаг, приставить, шаг, каблук». - подъем на полу пальцы. - повороты вправо, влево. Танцевальная композиция «Коротышки» Игра «Сказочный лес» Игра «У медведя» Игра «Путешественники» Партерная гимнастика («Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)	оттенками музыки (форте, пиано). - познакомить детей со штрихами музыки (стаккато, легато) отражение их движениями: хлопками, шагами, бегом, плавными и резкими движениями головы. -повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	
--	--	--	--	--	--

	Музыкально ритмические движения	«На птичьим дворе»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием. Перестроения–круг, диагональ, змейка) Разминка «Ку-ка-ре-ку» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад. Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую.) Топающий шаг. Галоп. Подскоки. Положение рук на поясе, вперед, вверх, вниз. Хлопки, притопы. Хлопки, притопы в паре, кружения в паре. Выпад, выпад с соскоком. Танцевальная композиция «Танец утят» Игра «Цыплята и ворона» Танец-игра «Ку-чи-чи» Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дощечка», «Сидит дед»)	- Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - научить передавать заданный образ. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать заданный образ движениями. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - укрепить мышцы спины, живота. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	- инструкция. - пояснение, повтор за педагогом. - показ, объяснение - самостоятельно исполнение.
--	--	-----------------------	---	--	---

	Музыкально ритмические движения	«Зимняя сказка»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.) Разминка «Зимние забавы» - (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди и вместе, движение рук вперед, назад, движения имитирующие игру в снежки, «греем руки». Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.) Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы. Танцевальная композиция «Тик так – тикают часы» Игра «Круг дружбы» Игра «Домик» Партерная гимнастика («Солнышко», «Складочка», «Рыбка», «Русалочка», «Дошечка», «Сидит дед»)	-формировать правильное исполнение танцевальных шагов. -Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - научить передавать заданный образ. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта. - укрепить мышцы спины, живота. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	- инструкция. - пояснение, повтор за педагогом. - объяснение, показ.
--	--	--------------------	---	---	---

	Элементы русского народного танца, ритмика	«Во саду ли в огороде»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.) Разминка «Ах, вы, сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад, Корпус – наклоны вперед Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Полу присядка. Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук. Танцевальная композиция «Порушка - пораня» Игра «Заплетися мой плетень» Игра «Танец ткачей» Игра «Веселый оркестр» Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепление мышц спины, улучшения выворотности ног)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - научить передавать заданный образ. - познакомить детей с особенностями русского танца. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. -научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. - научить строить и передвигаться по рисункам танца. - развить фантазию и воображение. - развить координацию. - укрепить мышцы спины, живота. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.	- инструкция. - Пояснение, повтор за педагогом. - объяснение, показ.
--	--	-------------------------------	---	--	--

	Элементы детского балльного танца, ритмика	«Приглашение к танцу»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.) Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки – по VI, VI – II, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках.) Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках. Полька «Забава» Игра «Давайте потанцуем» Игра «Музыкальные змейки» Игра «Одинокий путник» Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - формировать правильную осанку при исполнении движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развивать творческие способности детей. - Обучить детей танцевальным движениям. -развивать воображение, фантазию. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	- инструкция. - объяснение, показ. - импровизация.
--	--	------------------------------	--	--	--

	Элементы детского бального танца, ритмика	«Я хочу танцевать»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную.) Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.) Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, баланс, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения. Вальс «Дружбы» Игра «Магниты» Игра «Ромашки» Игра «Бабочки» Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Обучить детей танцевальным движениям вальса. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - научить «чувствовать» пару. -развивать воображение, фантазию. - развить быстроту реакции. - Формировать навык «легкого шага» -развивать воображение, фантазию. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	- показ, инструкция. - объяснение, импровизация.
--	---	---------------------------	--	---	---

	Элементы эстрадного танца, ритмика	«Давайте построим большой хоровод»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.) Разминка «Зарядка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады –исполняются совместно с движениями рук, головы.) Танцевальная композиция «Давайте построим большой хоровод». Игра «Домики» Игра «будь внимателен» Игра « А, ну-ка, покажи» Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - развить координацию движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы. - развить внимание, быстроту реакции. - развивать воображение, фантазию. - развить артистизм. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	- показ. - инструкция. - объяснение.
			Выступление на празднике «День защиты детей»		

Ме сяц	Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
	Вводное занятие	«Вместе с другом»	Ознакомление с хореографическим искусством Заинтересовать детей занятиями, расположить к себе Ритмика – повороты головы, наклоны головы, постановка корпуса, Наклоны вперёд, в сторону, назад Азбука классического танца - Demi-plié в I и II позиции Танцевальный этюд «Оловянные солдатики»- марш, перестроения. Игра – «Весёлые лошадки» Постановка – Знакомство с муз. мат. постановки, изучение основного хода и основных движений.	.- Формировать интерес к занятиям. -Формировать общую культуру личности ребенка; - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка. - формировать интерес к занятиям. воображения, фантазии.	– беседа, система вопросов-ответ; игровые подвижные

	Детский бальный танец	«Танец Цыплят»	Ритмика - выполнение муз.-ритмических упражнений, марш «исполняется со сменой размеров», шаг переменный, шаг польки. строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну. Азбука классического танца – правильная постановка у станка (Руки, ноги, голова, спина.) Позиции ног 1,2,3; позиции рук 1-4 Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки» Танцевальный этюд – «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) Постановка - работа над техникой выполнения основных движений. Работа над танцем, соединение движений в муз. композиции	- Музыкально-ритмическое развитие детей - Формирование навыка работы у станка - Развивать образное мышление - Развитие музыкальности, чувства ритма - Развивать гибкость и пластичность - Развитие специальных музыкальных способностей	–показ правильного выполнения движений; –беседа - объяснение. –сюжетно-ролевой –пояснение - образец – двигательная активность
--	-------------------------------------	-----------------------	--	---	--

		Танец Цыплят (вторая часть)	Ритмика: Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперёд. Назад, в сторону. Основные положения ног: свободная и 4 позиция Азбука классического танца: BattementstendusjetelI позиции по 1 т. 4/4. хлопки в такт музыки (образно – звуковые действия «горошинки»), акцентированная ходьба, поднимание и отпускание рук на 4 счёта. на 2 счёта и на каждый счёт. Battementstendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4. Танцевальный этюд: «На птичьем дворе» Постановка: Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Работа над выразительностью движений и техникой выполнения	- Разобрать пройденный материал - Развитие творческих способностей - Развивать творческое воображение и фантазию - Развитие выразительности и эмоциональности исполнения - Развивать умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения	-показ правильного выполнения упражнений - объяснение –объяснение–двигательная активность
	Русский народный танец	Танец «Кадриль»	Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. выворотности ног Азбука классического танца: Battementstendus: cdeimplie в I позиции в сторону, вперед, назад Танцевальный этюд « Осеннее настроение» Постановка: Знакомство с новым танцем. Отработка основных элементов танца	- Познакомить с новым танцем - Развивать музыкальность в исполнении движений	–показ правильного выполнения движений; – беседа - объяснение. – сюжетно - ролевой

	Русский народный танец	Танец «Краковяк»	Ритмика Прыжки (на двух ногах , на одной ноге . с поворотом) Азбука классического танца: V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции. Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Танцевальный этюд «Под дождём» с использованием элементов польки, гопака, прыжков. Постановка: Работа над техникой, синхронностью выполнения движений. Отработка элементов связок, перестроений. Партерная гимнастика - Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног, исполняются в положении сидя , лёжа на спине и животе .	- Развитие специальных музыкальных способностей - Развивать пластичность и выразительность движений - Развитие выразительности и чёткости в движениях - Растяжка на полу - Работа над музыкальностью и пластичностью движений	– пояснение - образец – наглядные -показ правильного выполнения упражнений
--	---------------------------------------	---------------------	--	--	---

	Элементы современного танца	«Танец с гирляндами»	Ритмика Элементы портерной гимнастики. Упражнения для гибкости спины. Построение и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений Азбука классического танца: Battementstendusjetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад; piques в сторону, вперед, назад. Releves на полупальцах в I, II и V позициях. Танцевальный этюд: Вариации с включением изученных элементов Танцевальный этюд «Кукла» - с использованием элементов классического танца Постановка: Разбор нового танца, обработка старого. Демонстрация движений. его музыкального расклада, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном темпе, а затем в обычном	- Развитие музыкальности - Развивать творческое воображение - Учить детей ориентироваться в пространстве - Осваивать различные виды движений: построение перестроение - Развитие двигательной сферы - Обогащение двигательного опыта	–показ правильного выполнения движений; –беседа - объяснение. –сюжетно - ролевой – пояснение - образец
--	---	-----------------------------	--	--	---

	Элементы современного танца	«Танец с гирляндами» (вторая часть)	Ритмика: Шаг польки, галоп (прямой и боковой). Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, упражнения на корпуса и ноги Азбука классического танца: Battementsfrappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов. plie в I, II, V, VI - Формировать позиции. Танцевальный этюд: Импровизация на музыку П.И.Чайковского« времена года» Танцевальный этюд «Лепим из глины» Разводка танцевальных комбинаций в переходах, образах Постановка Работа над техникой выполнения добиваться синхронности исполнения. Оработка техники выполнения движений (темп, ритм. повторяемость). Повтор Кадрили	- Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно. Координационно - Развивать чувство ритма и двигательных способностей - Индивидуальная работа с детьми, отстающими в освоении программы и репертуара у детей танцевально игровой - Способствовать повышению общей культуры ребёнка	-показ правильного выполнения упражнений – объяснение – двигательная активность – наглядные Словесно – объяснение практические
--	---	--	--	---	---

	Элементы восточного танца	Танец «Восточная Сказка»	Ритмика: упражнения на развитие плавности движения рук. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. выворотности ног, выполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе. Строевые упражнения построение в шеренгу, бег по кругу с ориентирами. перестроение в круг. Азбука классического танца Battementsfondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов. V и IV позиции ног. Demiplié по V и IV позиции. Battementstendus: с опусканием пятки во II позицию; с demiplié во II позицию без перехода с опорной ноги и с переходом с опорной ноги. Танцевальный этюд «Пластичный – механичный Танцевальный этюд «Часики» Танцевальный этюд «Кукла» Постановка: Знакомство с новым танцем. Прослушать музыкальный материал, разводка танцевальной композиции. Разбор сложных элементов работа над пластичностью и музыкальностью. Работа над техникой выполнения движений. Закрепление выученного танца	- Развивать гибкость и пластичность - Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. - Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно - Растяжка на полу - Учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды построений и перестроений -Обеспечить эффективное формирование навыков и качеств - Музыкально – ритмическое развитие - Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно. координационно	–показ правильного выполнения движений; – беседа. - объяснение. –сюжетно - ролевой – пояснение - образец – двигательная активность
--	---	---------------------------------	---	--	---

	Русский стилизованный	Танец «Широка река»	Ритмика: Партерная гимнастика: освоение просейших элементов на полу (растяжка, работа над осанкой), упражнения на развитие выворотности стопы, упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. упражнения для развития подъёма стопы, упражнения на растяжку связок и развития выворотности тазобедренного сустава Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Battementdeveloppes вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Большая птица» Танцевальный этюд «Кукла танцует» Постановка: Изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции. Работа над плавностью и гибкостью рук. Над техникой выполнения движений, разбор наиболее сложных, Учитывать вслушиваться в музыкальные фразы и чётко попадать движениями в эти фразы.	- Работа над гибкостью, выворотностью и растяжкой. - Учитывать передавать настроение, образ в танце через движение - Развитие двигательных качеств и умений - Развивать интерес к русскому народному искусству	–показ правильного выполнения движений –беседа -объяснение. – сюжетно - ролевой –пояснение - образец
--	----------------------------------	------------------------	--	--	---

	Русский стилизованный	Танец «Широка река» (вторая часть)	Ритмика: Партерная гимнастика Упражнения на гибкость (мостики, рыбка, закидушка) Азбука классического танца Grandbattements jetés с I и V позиция – вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Противоборство добра и зла» Работа над танцем: синхронность выполнения, ориентировка в пространстве, работа над ритмичностью исполнения в соответствии с музыкальной фразировкой	- Формировать навыки выразительности, пластичности - Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха памяти, внимания - Развивать творческое воображение и фантазию - Развитие творческих способностей	– объяснение – показ правильного выполнения движений – объяснение – двигательная активность - наглядные
			Ритмика упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, тренировочный комплекс для развития координации и равновесия. Азбука классического танца Battement tendus в «маленьких» и «больших» позах. Танцевальный этюд «Волшебные цветы» Постановка: Закрепление последовательности исполнения движений, работа над выразительностью и синхронностью		

Современный танец	«Танец детства»	Ритмика партерная гимнастика , упражнение «Лягушка» (развитие выворотности бедра) Азбука классического танца Demi – plie в I и II позиции. BattementstendusjeteI позиции Танцевальный этюд «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления. Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении	- Формировать навыки грациозности и изящества движений - Содействовать развитию внимания, умения согласовывать движения с музыкой - Развивать образное мышление - Развитие музыкальности , чувства ритма	– объяснение –показ правильного выполнения движений – двигательная активность - наглядные - игровой
		Ритмика партерная гимнастика, упражнение для укрепления мышц спины «Самолётики» Азбука классического танца Battementstendus: cdemi plie в I позиции в сторону, вперед, назад; с V позиции, Танцевальный этюд «Веселые лошадки» Постановка: соединение движений в танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.		

	Современный танец	«Рок-н-ролл»Ритмика: Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Партерная гимнастика, Упражнения для развития силы мышц подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе. Азбука классического танца Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Battementstendusjetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад Танцевальный этюд «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук. Танцевальный этюд «Голуби» – этюд на построение и перестроение Постановка работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты в рисунков, построений и перестроений	- Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно - Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. - Учить детей ориентироваться в пространстве - Осваивать различные виды движений: построение перестроение	– объяснение – двигательная активность - наглядные –показ правильного выполнения движений; –беседа объяснение. – сюжетно - ролевой
--	-------------------	---	---	---

	Современный танец	Танец «Чарльстон»	Ритмика партерная гимнастика на все виды мышц. Упражнения для выразительности и плавности рук под музыку в различном темпе. Силовые упражнения (для ног - выпады с переносом тяжести тела вправо и влево. для рук – «Волна» в положении лёжа) Азбука классического танца Battements tendus jetes: balancoir; в «маленьких» и «больших» позах. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies Танцевальный этюд « Баба – Яга» Танцевальный этюд «Добрая волшебница» Постановка: Прослушивание музыкального материала, обсуждение сюжета, характера и настроения в музыке	- Формировать навыки грациозности и изящества движений - Повышение работоспособности и двигательной активности - Содействовать развитию внимания, умения согласовывать движения с музыкой - Музыкально - ритмическое развитие - Развитие музыкальности, чувства ритма - Развивать образное мышление - Развитие двигательной сферы - Обогащение двигательного опыта - Развитие творческих способностей - Развивать творческое воображение и фантазию	–показ правильного выполнения движений –беседа - объяснение. – сюжетно - ролевой –пояснение - образец
--	--------------------------	----------------------	---	--	---

	Современный танец	Танец «Самба»	Ритмика: партерная гимнастика, растяжки на полу, упражнения для гибкости спины. Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Со скакалкой мы – подруги». Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход танца «самба», «Виск», «самба-ход вперед», «соло-поворот», положение в паре. Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью. Работа над характером, выразительностью и синхронностью выполнения движений	- Развивать гибкость и пластичность - Формирование навыка работы у станка - Обогащение двигательного опыта - Развитие двигательной сферы - Развивать музыкальность движений - Музыкально - ритмическое развитие - Развитие специальных музыкальных способностей - Способствовать развитию ведущей роли в танце партнёра.	–пояснение - образец – наглядные -показ - правильного выполнения упражнений –объяснение –беседа -система вопрос-ответ
--	--------------------------	---------------	--	---	--

	Историко-бытовой танец	Танец «Вальс»	Ритмика: Тренировочный комплекс для развития подъёма стопы (в положениях « выворотно» и «не выворотно») Азбука классического танца Grandplie в I, II, V, VI позициях. Познакомить и отработать движения вальса: - «Вальсовый шаг», - «Вальсовая дорожка», - «Поворот под рукой», - « Вальсовая закрутка», - «Лодочка», - «Вальсовое кружение». Постановка: Разучивание движениями работа над плавностью и гибкостью рук		
Май	Отчетный концерт		Ритмика Мягкий высокий шаг носках. Поворот на 180 градусов на шагах Азбука классического танца Grandbattermentsjete во всех позах. Танцевальный этюд « Француа» Постановка: Разбор наиболее сложных движений в танце , связок и перестроений Развивать пластичность и выразительность движений	- Повтор и закрепление выученных танцев - Закрепление движений танца. Подготовка к отчётному концерту - Формировать навыки грациозности и изящества движений - Содействовать развитию Внимания , умения согласовывать движения с музыкой	– показ –объяснение – двигательная активность - наглядные - игровой –беседа -система вопрос-ответ - подвижные
		Отчетный концерт Выступление на празднике «День защиты детей»			

2.3.Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы

Методы	Приемы
Наглядный	Наглядно- зрительные, наглядно- слуховые
Информационно-рецептивный	Совместная деятельность педагога и ребенка
Репродуктивный	Уточнение и воспроизведение известных действий по образцу
Практический	Придумывание вариантов танцевальных движений , собственные и имитационные движения
Словесный	Краткое одновременное описание и объяснение танцевальных движений, образный сюжетный рассказ
Проблемного обучения	Творческое исполнение готовых заданий, самостоятельное добывание знаний
Игровой	Использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания танцевальных движений
Исследовательский	Самостоятельное придумывание движений, элементов танца
Соревновательный	Нахождение неординарных решений для достижения цели

Средства, необходимые для реализации программы

1.Книгопечатная продукция А.И. Буренина «Ритмическая мозаика»

Программа по ритмической пластике для детей. Санкт Петербург ЛОИРО 2000г.

2. Технические средства обучения CD –проигрыватель Проекционный экран (совместно просматривать выступления детей) Музыкальный фонд

3.Оборудование Занятия проходят музыкальном зале ДОУ Мячи

● Скакалки ● Хопы ● Обручи

2.4.Организационный раздел
3.График
работы кружка по танцам «Хореография»

Группа	Понедельник
Старшая «Солнышко»	15.40-16.05
Подготовительная «Колокольчики»	Четверг
	15.35-16.05

3.1.Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной программы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I,II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии». «Айрис-пресс» Москва 2001 год.
4. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей. (Издание второе). Санкт-Петербург «Ленинградский областной институт развития образования» 2000 год.
5. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997
6. Давыдова М.А. «Музыкальное воспитание в детском саду». «ВАКО» Москва 2006 год.
7. Ерохина О.В. «Школа танцев», Ростов – на -Дону «Феникс» 2003г.
8. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
9. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968.
10. Михайлова М.А., Н.В.Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения». «Академия развития» Ярославль 2004 год.
11. Программа ДОД «Хореографическая студия «Эдельвейс»» С. М. Сапожникова
12. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
13. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». Хореография в детском саду. «Линка-пресс» Москва 2006 год.
14. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 1971.
15. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.

3.2. Приложение

3.3. Характеристика возрастных особенностей детей

Дети 5-6 лет

На шестом году жизни продолжается физическое, психическое, а также музыкальное развитие ребенка. У него формируется осанка, движения становятся более свободными и выразительными, а в сюжетных играх, танцах – более осмысленными и управляемыми, более сложными и уверенными. С окончанием движений, выполненных под одну часть музыки, дети осознанно могут переходить к выполнению другого движения под следующую часть.

Ребенок может и желает овладевать игровыми навыками и танцевальными движениями, требующими ритмичности и координированности их исполнения. Дети этого возраста имеют достаточный запас игровых и танцевальных умений, для них характерно большое желание участвовать в играх, танцах, упражнениях, этюдах. Они свободно ориентируются в пространстве помещения, в достаточной мере легко выполняют основные движения.

Большинство детей с удовольствием включаются в творческие игровые ситуации, в свободные пляски, любят придумывать свои танцы, главным образом на основе знакомых движений.

Основные движения 5-7 лет

Основные движения	Согласовать с музыкой
Ходьба спортивная, торжественная Бег с высоким подъемом ног	С характером музыки: Торжественным; Шуточным; Со средствами музыкальной выразительности:
Бег широкий Бег пружинистый Бег высокий Бег стремительный	Темпом- Медленным, Умеренно медленным, Быстрым, Очень быстрым; Регистрами-
Подскоки с помощью взмахов рук Ходьба пружинистым шагом Ходьба гусиным шагом	Высоким, Средним, Низким;

Прыжки сильные с высоким подскоком Прыжки с помощью взмахов рук Прыжки: ноги вместе – руки врозь и наоборот Прыжки со сменой ног: одна вперед – другая назад	<i>Динамикой звучания-</i> Громким звучанием, Умеренно громким звучанием, Тихим звучанием, Очень тихим звучание.
---	--

Танцевальные шаги и движения 5-7 лет:

Русский народный танец:

Танцевальные шаги –

- русский переменный шаг с пятки на носок (в парах);
- русский шаг на легком беге с захлестыванием ног назад;
- русский простой шаг;

Танцевальные движения –

- тройные дробы (вариант для мальчиков – на шаге, для девочек – на подскоке);
- «ковырялочка» на подскоке, с фиксированием рук;
- присядка (усложненный вариант с подскоком перед присяданием);
- кружение на одном месте;
- движение рук, характерные для русских танцев.

Детский балльный танец:

Танцевальные шаги -

- боковой галоп,
- подскок,
- шаг польки,
- шаг менуэта;

Танцевальные движения -

- выставление правой ноги вперед, в сторону и затем три притопа, далее те же движения с левой ноги;
- различные виды хлопков;
- различные движения с атрибутами.

Современный детский танец:

Танцевальные шаги –

- матросский шаг (в основе русский переменный шаг с пятки на носок с притопом),
- ходьба, бег в соответствии с современным ритмом музыки,

- шаги имитирующие движения какого-либо животного, птицы, другого образа;
Танцевальные движения -
- имитирующие трудовые действия взрослых, детей, а также повадки зверей, птиц в современных ритмах.

Другие народные танцы:

Танцевальные шаги –

- украинский «бегунец»,
- белорусская полька,
- элементы цыганского танца,
- элементы восточного танца.

Танцевальные движения –

- «ковырялочка» украинского танца,
- «падебаск»,
- «веревочка»,
- «ручеек».

Детский бальный танец:

Танцевальные шаги -

- шаги полонеза,
- шаги вальса (упрощенный вариант),
- шаг польки,
- шаг краковяка;

Танцевальные движения -

- наиболее простые движения вышеуказанных танцев, исполняемые весьма выразительно, легко, грациозно.

Современный детский танец:

Танцевальные шаги –

- из современных ритмических танцев, доступные детям по координации;

Танцевальные движения -

- разнообразные движения для рук и ног;
- повороты корпусом, выполняемые под современную ритмическую музыку, позволяющую детям понятную им сюжетную танцевальную композицию.

4.2. Танцевальный словарь

По преданиям древних греков, муза танца звалась Терпсихора. Она имела восемь сестер. Летними вечерами они, взявшись за руки, водили хороводы. На греческих фресках и вазах сестры – музы держатся за руки. Танец был тесно связан с музыкой, пением, словом, игрой. Танец получил свое развитие в Греции как источник развлечения. Его стали использовать в театре. Появились народные танцы, позднее – современные.

Танец – это способ выразить свое настроение и чувства при помощи ритмичных шагов и движений тела. Танец сопровождал все события в жизни человека. Древний человек танцевал, выражая свои эмоции. Танец вызывал приятные чувства. Это придавало танцам магическую силу. Древние племена танцевали, чтобы привлечь волшебную силу. Это были обрядовые танцы: охотничьи, боевые, свадебные и другие.

Виды танца.

«Классический» танец - это основа любых видов танцев, основная система выразительных средств хореографического искусства, самый трудный танец. Танец, который сочиняет хореограф.

«Народный» танец - выражает характер, отличительные черты каждого народа. Танец, который сочиняет сам народ.

«Бальный» танец - танец, который танцевали на балах.

«Современный» танец – танец, который родился в 20 веке, изменилась музыка, изменился и танец.

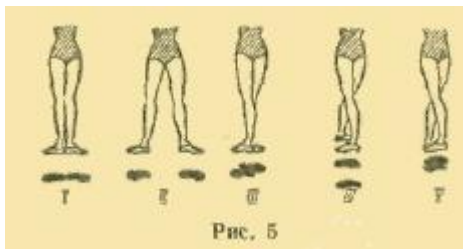
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Классический танец - основная система выразительных средств хореографического искусства, основанная на поэтически-обобщенной трактовке образа человека, на пластическом раскрытии его эмоций, мыслей и переживаний. Классический танец - по Л.Д.Блоку - система художественного мышления, оформляющего выразительность движений, присущих танцевальным проявлениям человека на различных стадиях культуры. В классическом танце эти движения входят не в эмпирически данной форме, а в абстрагированном до формулы виде. В системе классического танца разработаны позиции ног, рук, корпуса и головы, но строго ограничено число групп движений:

- сгибать
- вытягивать
- поднимать
- скользить

- прыгать
- бросать
- поворачивать

Позиции ног



I позиция. Пятки соприкасаются, носки разведены в стороны по направлению линии плеч, ноги стоят на полу всей ступней.
II позиция. Носки разведены в стороны по направлению линии плеч, между

ступнями должно быть расстояние, равное длине ступни.
III позиция. Носки разведены в стороны по направлению линии плеч. Пятка ноги (правой или левой) приставлена к середине стопы другой ноги.
IV позиция. Носки разведены в стороны, ступни одной впереди ступни другой ноги, расстояние между ними равно длине ступни.
V позиция. Ступни сомкнуты, пятка одной ноги соприкасается с носком другой. Носки разведены в стороны.

Позиции рук

В классическом танце приняты следующие позиции рук: I, II, III и подготовительная



Подготовительная позиция.

Руки опущены вниз, локти слегка согнуты, кисти округлены, руки образуют форму овала, расстояние между пальцами 3-4 см.

I позиция. Руки в том же положении, что и в подготовительной позиции, но подняты вперед на уровне груди.

II позиция. Руки в стороны, локти и кисти округлены, находятся на одной линии, ладони обращены вперед-внутрь.

III позиция. Положение рук аналогично подготовительной и I позициям, но руки подняты вверх впереди туловища так, чтобы, не поднимая головы, можно было бы увидеть мизинцы рук.

ДЕТСКИЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ

Детский бальный танец – является одним из разновидностей танцевального искусства. Термин «бальный» произошел от слова «балет» (франц. ballet, итал. ballo – танец). На определенном этапе исторического развития появились салонные или бальные танцы. Первоначально бальный танец берет свое начало от бытового, но постепенно между народной формой танца и танцами в великосветских салонах происходил постоянный взаимообмен и в результате смены исторических эпох, внешних условий сформировалось десять видов бальных танцев.

Бальный танец интересен своим многообразием - все десять танцев имеют разное происхождение, разную технику исполнения и характер. Но этим он и сложен. Бальный танец – парный, и подразумевает понятия "леди" (партнерша) и "джентльмен" (партнер).

Вальс

Медленный вальс один из первых танцев, который изучается уже в младших группах. Музыкальный размер (три четверти) достаточно сложен для малышей, но плавная и красивая музыка создает настроение и позволяет понять характер танцев европейской программы бального танца.

Вальс (от нем. walzen "вертеться, поворачиваться") - бальный танец с плавным вращательным движением пар в такт размера 3/4. Характеризуется лиризмом и романтической настроенностью. Одна из версий происхождения вальса, ставшего символом романтической любви, от скромного австрийского лендлера. Именно для лендлера характерны круговые вращения в паре. В течение некоторого времени вальс из народного лендлера превратился в салонный танец для светского общества. Темп различен - от медленного до очень быстрого. Был очень популярен в XVII - XX вв. Вальс имел множество разновидностей: венский, английский, венгерский, вальс-мазурка, вальс-миньон и др.

Медленный вальс - бальный танец, вальс медленного темпа со множеством различных фигур. Ритм танца очень приятный и легкий, поскольку на каждый счет исполняется одно движение, если не учитывать различных вариаций на базе основного движения. Медленный вальс также может называться английский, поскольку этой стране он обязан своим появлением.

Танго

Танго (на языке одного из африканских племен tango означает "бубен") - Танец был завезен в Европу из Южной Америки, которая, однако не является его родиной. По происхождению танго - мавританский танец. Испанские мавры танцевали его еще в XV веке. После того, как завоеватели покинули Пиренейский полуостров, танго переняли цыгане. Затем цыганские племена, переселившиеся в Аргентину, внедрили там его па, которые сразу же были подхвачены местным населением. Популярность танго была настолько велика; что этим словом стали называть некоторые народные танцы (на две четверти) в Аргентине, Бразилии, Мексике и на Кубе. Возвратившись в Европу, танец полностью потерял свой эротический характер: лицо все время остается бесстрастным, и в современной манере исполнения сохранились только колебания корпуса. Танго допускает бесконечные вариации и импровизации. Несколько вышедший из моды в 30-80-е годы, в настоящее время танец снова получил широкое признание.

Самба

Самба (португ. samba "женщина - негритянско-индейская помесь"; возможно, название и танец исторически связаны с ангольским танцем семба). Родина самбы Бразилия. Народная самба - это танец импровизация, где танцоры, подпевая, соревнуются между собой в изобретательности и ловкости движений. В более широком смысле самба - любое народное развлечение, связанное с танцами, пением и музыкой. Возникшая в беднейших кварталах Рио-де-Жанейро, "самба лачуг" посредством карнавалов получила огромную популярность не только в Бразилии, но и во всей Латинской Америке. По всей стране открывались школы самбы, в которых готовили танцоров к выступлениям на карнавалах, и организовывались оркестры. Темпераментные ритмичные движения, пульсирующий ритм, характерные пружинистые покачивание бедер народной самбы легли в основу нового бального танца того же названия. Сочетает элементы африканской, португальской и испано-американской музыкально-танцевальной культур. Позже - видоизмененный бальный парный танец свободной композиции. Современный бальный вариант самбы был стандартизирован в Англии. Музыкальный размер бальной самбы 2/4. Темп быстрый. Ритм остро- или средне-синкопированный.

Ча - ча - ча

Ча - ча - ча (исп. cha-cha-cha, слово, вероятно, звукоподражательного происхождения) - бальный танец во второй половине XX в. Название танца напоминает суховатый звук маракассов, характерный для кубинских мелодий. Маракасс - своеобразный музыкальный инструмент, сделанный из высушенной тыквы, в которую насыпаны бусы или мелкие камешки. Танец образовался от румбы и мамбо, вначале назывался "мамбо-ча-ча-ча". Необычный размер музыкального сопровождения, особая манера исполнения, красивые и вместе с тем не очень сложные фигуры - все это способствует популярности танца. Характерны сильные движения бедер и шаги с носка.

ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ

Историко-бытовыми считаются те танцы прошлых веков, которые получили широкое распространение далеко за пределами своей эпохи и места возникновения. Историческими они названы как танцы прошлого времени, а также как танцы, вошедшие в историю.

Возникновение танцев связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой переработку народного танцевального материала и

отражают особенности определенной эпохи или среды. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в его музыке, одежде танцующих, их манерах и т. д.

Основные позиции ног в историко-бытовых танцах - I-я и III-я, промежуточные - II-я и IV-я.

В начале XIX в. завоевывают популярность новые живые, легкие и более непринужденные танцы (*полонез, вальс, экосез, кадриль, котильон, полька, мазурка*), которые становятся общеевропейскими бальными танцами. Многие танцы, появившиеся в XX в. (*краковяк, тустеп, танго, вальс-бостон, фокстрот, чарльстон, блюз, рок-н-ролл, румба, самба, твист, сальса, мамбо* и др.), популярны и сегодня.

Краковяк

Польский народный, затем *бальный танец*, по названию города Кракова. Муз. размер 2/4, живой, горделивый танец. Движения танца просты, но энергичны, что указывает на его народное происхождение. Сначала его танцевали только мужчины: «рыцарь» и его «оруженосец». Затем стали танцевать в паре с дамой: она - плавно и изящно, он - с резкими притопами. В краковяке основные движения сходны с движениями *мазурки* - с тремя поочередными выстукиваниями всей ступней в пол; причем первый и третий притоп должен быть сильнее второго.

Наиболее известная сегодня композиция танца построена преподавателем Н.Л. Гавликовским и соединяет характерные элементы польского танца с *вальсом*. В соответствии с музыкальным размером вальсовая часть (вторая) исполняется не на 3/4, как в обычном вальсе, а на 2/4. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*.

Полонез

Полонез (фр. *polonaise* "польская"). Полонез ведет свою историю от польского народного танца "ходзоны". От народа этот танец быстро перешел к бедной шляхте, а затем в замки богатых магнатов. Французские танцмейстеры дали ему название "polonaise" - польский, и уже в начале XVIII века он стал исполняться во всей Европе, оказался желанным гостем на пышных балах, где им обычно открывался вечер. Первоначально бытовое назначение этого танца-шествия состояло в том, чтобы дать возможность хозяйке дома, невестке приветствовать гостей и просить их принять участие в танцах. Этим танцем мог и заканчиваться бал. Белый полонез танцевали под утро. Популярность ему принесли торжественная музыка и основной шаг, относительно легкий по исполнению. Неограниченное количество пар могло выполнять самые различные фигуры и перестроения, двигаясь все время одним и тем же шагом, слегка и плавно приседая на каждую третью четверть

такта. К началу XIX века полонез полностью потерял свой первоначальный народный характер. Осталась только гордая осанка, своеобразное положение в паре и ритмичный шаг, который стал, однако, намного мягче и плавней. Сейчас полонез можно часто встретить на сценах музыкальных театров.

Мазурка

Мазурка - (от польск. *mazurek* - название жителей Мазовии) - стремительный и зажигательный танец.

Истоки мазурки - в народном польском танце мазуру, появившемся еще в XVI в., замечательном по красоте и разнообразию движений. В Европе мазурка становится известной к началу XIX в. (*танцмейстеры* придали народному танцу салонный характер) и наибольшее распространение получает в России. Нигде (кроме Польши) с таким блеском и мастерством не танцевали мазурку, как в России. Ее изучение требовало гораздо больше времени, терпения и искусства, чем изучение других танцев.

Все в мазурке поддерживает образ блистательного кавалериста: и особая выправка, и пружинистый шаг, и галантность учтивого кавалера. Именно от него зависело успешное исполнение танца. Он выбирает фигуры и меняет темп. Мазурка - танец лихих наездников и их нежных дам. Элементами мужской партии были сильные удары каблуком (пришпоривание коня), резкие взмахи рукой над головой (натягивание поводьев), «хромой шаг» (напоминание о ранениях), а у дам - легкий бег на полупальцах и вообще демонстрация слабости и хрупкости. Дама должна уметь легко лететь по залу, уметь схватывать движения и переходы, предлагаемые кавалером. Во время танца мужчины опускались на одно колено перед дамой, словно желая помочь ей сойти с коня. Кавалеры красовались перед своими дамами, очаровывали и завоевывали их.

Кстати, описывая исполнение мазурки, авторы художественных произведений упоминают шпоры - предмет снаряжения всадника. Появляться же на балу в сапогах со шпорами было не принято (т. к. они могли повредить наряд дамы). Но в шпорах есть нечто поэтическое, и в изображении бравых военных, позвякивающих шпорами, было много романтики.

Фигуры танца были разнообразны и многочисленны, а свободная *импровизация* движений делала танец ярким и увлекательным. Мазурка всегда была в центре каждого празднества, ее ждали, к ней готовились.

После того, как мазурка получила постоянную «прописку» в бальных залах, танцмейстеры придумывали все новые и новые фигуры и даже виды мазурки. Появились *вальс-мазурка* и *кадриль-мазурка*, ее соединяли с *полькой*, использовали в *котильоне*. В *па-де-труа* мазурка составляет целую часть

танца. Одна из фигур мазурки - «Заздравная» - исполнялась с бокалом Шампанского в руке. Мазуркой обычно завершалось первое отделение бала.

Менуэт

Менуэт - (от франц. *menu* - маленький) - старинный народный французский танец. Муз. размер 3/4. Появился в XVII в. из народного *бранля*, который состоял из маленьких шагов (*pas menus*). Движения *бранля* стилизуются, приукрашиваются; размеренные маленькие шаги соединяются с плавными приседаниями и чопорными реверансами. Царствование Людовиков XIV и XV можно назвать настоящей эпохой менуэта. В России исполнялся на *ассамблеях* Петра I и на дворянских балах при Екатерине II.

Ни один танец XVI – XVII вв. не пользовался такой популярностью, как прославленный менуэт, являющийся общепризнанным образцом салонного танцевального искусства.

«Менуэт - это танец королей и король танцев», - так называли его историки танцевального искусства. Считалось: «кто хорошо танцует менуэт, тот все делает хорошо».

Полька

Полька (от чешск. *půlka* "половина" или, возможно, от польск. *Polka* "женщина польской национальности") - чешский народный танец, который стал известен как бальный в первой половине XIX века. Польку привез из Франции чешский хореограф Йозеф Нэруда, и в Париже полюбился этот веселый и незатейливый танец. Увлечение полькой было настолько велико, что на некоторое время она вытеснила из моды знаменитый вальс. Новый танец исполнялся в аристократических салонах, чопорный этикет которых казался непоколебим. Бальная полька культивировалась во Франции, затем распространилась по всей Европе. Этим объясняется, что название движений в этом танце связаны с французской терминологией. Успех польки объясняется ее живым характером, простотой исполнения. Веселый и довольно быстрый танец. Шаги с приставлением, подскоки, повороты. Пары образуют различные красивые и замысловатые рисунки. Музыкальный размер двудольный. Популярность польки так велика, что на ее основе до сих пор создаются композиции в сплаве с танцевальными традициями других народов, ранее не знавших этого танца.

НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Народный танец — фольклорный танец, который исполняется в своей естественной среде и имеет определённые традиционные для данной

местности движения, ритмы, костюмы и тому подобное. Фольклорный танец — это стихийное проявление чувств, настроения, эмоций, выполняется в первую очередь для себя, а потом — для зрителя (общества, группы). Для русского народного танца характерно два основных типа: энергичный, ритмичный трепак или кадрили и мелодичные, плавные хороводы.

Формы русского народного танца

Хоровод

Хоровод - Основой хоровода является совместное исполнение хороводной песни всеми его участниками. Танец, песня и игра в хороводе неразрывно и органично связаны между собой. Хоровод объединяет и собирает большое количество участников. Хоровод - это массовое народное действо, где пляска, или просто ходьба, или игра неразрывно связаны с песней. Хороводы имеют культово-обрядовую, социальную и бытовую темы.

Участники хоровода держатся, как правило за руки, иногда за платок, шаль, пояс, венок. В некоторых хороводах участники за руки не держатся, а движутся друг за другом или рядом, сохраняя строгий интервал, иногда идут парами.

Хоровод распространен по всей России, и каждая область вносит что-то новое, создавая разнообразие в стиле, композиции, характере и манере исполнения. Хороводы исполняют в медленном, среднем и быстрых темпах.

Большое значение при постановке хороводов отводится фигурам. Фигуры могут образовываться одними девушками, или парнями, или парнями и девушками вместе, которые могут быть разнообразно выстроены.

Основные фигуры хороводов

«Круг»

Танцующие становятся лицом в круг, взявшись за руки и образуя замкнутый круг. Движение по кругу в хороводе идет «посолонь» – по солнцу. Сделав легкий поворот корпуса по ходу движения, танцоры идут простым или попеременным шагом.

«Два круга»

Круги находятся на небольшом расстоянии друг от друга. Каждый круг может двигаться как по направлению движения часовой стрелки, так и против ее движения. Повороты кругов происходят одновременно в одну или в разные стороны.

«Круг в круге»

Один круг большой, а внутри него круг поменьше. Внешний круг движется по солнцу, а внутренний как по солнцу, так и в противоположную сторону.

«Корзиночка» Эта фигура образуется из двух кругов – круг в круге. Внешний круг состоит

из мальчиков, внутренний из девочек. В кругах должно стоять одинаковое

количество участников. Стоя лицом в круг, танцоры берутся за руки, образуя каждый свой круг. Сделав шаг к кругу девочек, мальчики поднимают соединенные руки через головы девочек и опускают их на руки девочек. Образуется единый перпендикулярный круг. «Корзиночка» может двигаться различными шагами: или «гармошкой», или «припаданием» в любую сторону. Руки исполнителей могут находиться не только внутри круга, но и снаружи, за спинами всех участников. Такое перестроение можно сделать из уже образовавшейся «корзиночки». Мальчики поднимают соединенные руки вверх и опускают их за спину девочкам, затем девочки поднимают руки вверх и опускают их за спину мальчикам. «Восьмерка»

Эта фигура образуется из 2-х стоящих рядом «кругов», которые движутся в разные стороны. В определенный момент ведущие одновременно разрывают круги, и участники через одного переходят из одного круга в другой, их общее движение создает рисунок, похожий на цифру «8».

«Улитка»

Образуется, или как говорят, «навивается» или «завивается» из круга. Ведущий хоровода разрывает круг, и, продолжая движение по спирали в том же направлении, но уже внутри круга, делает как бы новый круг, но меньший по диаметру, затем второй, третий и т.д. Все идущие в хороводе точно повторяют его движения. «Развивать капусту» должен участник, стоящий последним. Вся хороводная цепь начинает движение в обратном направлении, повторяя тот же рисунок, что и при завивании.

«Змейка»

Начинается из линии, но может начаться и из круга, когда ведущий, разрывая хоровод, начинает двигаться внутри круга, делая повороты то вправо, то влево, подражая изгибам змеи. Все исполнители, не разрывая рук, двигаются за ведущим.

«Колонна»

Это построение рядами. Каждый ряд может состоять из нескольких человек, но не менее двух. Несколько рядов, находясь на небольшом расстоянии, образуют фигуру, стоя в затылок один другому.

«Улица»

Два ряда, две параллельные линии, стоящие на небольшом расстоянии лицом друг к другу, образуют эту фигуру. Эти линии сходятся либо одновременно, либо одна может стоять на месте, а другая двигаться к ней.

«Ворота»

Появляются из фигуры «улица». Одновременно начинают двигаться навстречу друг другу участники обеих линий, затем первые берутся за руки, под которыми проходят остальные.

«Гребень»

Две линии исполнителей двигаются навстречу друг другу простым или переменным шагом. Обе линии встречаются и, продолжая движение, проходя сквозь линии правым или левым плечом. Линии меняются местами.

Пляска

Пляска - В древности пляски носили обрядовый, культовый характер, но со временем приобрели бытовой. Пляска - это наиболее распространенный и любимый жанр русского народного танца. Пляска родилась в хороводе и вышла из нее, разорвав хороводную цепь, усложнив техническую основу, создав свои формы и рисунки, заменив хороводную песню плясовой и различным музыкальным сопровождением. Пляской можно выражать различные состояния человека. Пляска состоит из ряда отдельных движений - элементов, которые отличаются характерной манерой исполнения, имеют русский национальный колорит. Каждые движения в пляске наполнены смыслом. Разнообразные движения, число которых во много раз увеличивается за счет импровизации исполнителей, - характерная особенность русской пляски. У исполнителя русской пляски очень выразительны руки, голова, плечи, лицо, кисти рук и т.д. Пляска дает возможность раскрыть личные, индивидуальные черты характера. В пляске могут участвовать парни и девушки, мужчины и женщины, подростки и пожилые люди. Для мужской пляски характерны широта, размах, удаль, сила, внимание и уважение к партнерше. Для женской пляски характерны величавость, плавность, благородство и задушевность, однако часто она исполняется живо, с задором. Пляска отличается от хоровода более богатой и сложной лексикой танцевальных движений. Отличает пляску от хоровода и музыкальное сопровождение. Пляски идут не только под песни, а под аккомпанемент различных музыкальных инструментов. Песни, под которые исполняется пляски, в основном быстрые, мелодии их ярко расцвечены акцентами и резко выраженной активной ритмикой. Такие песни называют плясовыми.

Основные элементы русского народного танца

Позиции ног

В народном танце используется 5 выворотных положений классического танца - I, II, III, IV, V.

Позиции и положения рук

7 позиций - I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца.

IV - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, 4 других, собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

V - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются в корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

VI - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в сторону. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

VII - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной руки лежит на запястье другой; ладони повернуты вверх.

Подготовительное и 2 основных положения.

Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

Первое положение - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Второе положение - обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между III и II позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх. В первом и втором положении возможен перевод рук вперед и назад. Уровень рук при этом не изменяется.

Положения рук в групповых танцах

В русских танцах исполнители держатся за руки или за платочек, образуя разнообразные рисунки - построения. Руки при построении таких фигур могут быть подняты вверх, раскрыты в стороны, опущены вниз и т.д. Фигуры могут образовываться одними девушками или юношами или юношами и девушками вместе.

Круг- В этой фигуре число участвующих не ограничено, однако их должно быть не менее трех человек. Юноши и девушки, повернувшись лицом к центру круга и взявшись за руки, образуют замкнутый круг. Руки свободно, без напряжения отходят под небольшим углом от корпуса вниз или на верх. Движения по кругу, как правило, идут по часовой стрелке. Сделав мягкий поворот корпусом по ходу движения, юноши и девушки идут простым шагом или переменным, а также переменным шагом с притопом.

«Звездочка» - Юноши и девушки, стоя в затылок друг другу по кругу, соединяют в центре образовавшегося круга правые или левые руки. Противоположные руки находятся в третьем или первом положении. Эта фигура может быть построена как из четного, так и из нечетного числа участвующих, однако не менее трех и не более восьми человек. В этом построении можно двигаться по кругу простым или переменным шагом, а также шагом с переступанием.

«Карусель» - Основой этой фигуры является «звездочка». Юноши образуют правыми руками «звездочку», а левыми держат правые руки девушек. В

построении этой фигуры может участвовать не менее трех, но не более восьми пар.

«Корзиночка» - Она образуется из двух кругов - круг в круге. Стоя лицом к центру, юноши и девушки берутся за руки, образуя каждый свой круг. Внешний состоит из юношей, а внутренний из девушек. «Корзиночка» движется «гармошкой» или «припаданием». Головы исполнителей повернуты по ходу движения, к своему партнеру или к центру круга.

«Цепочка» - Участвующие стоят в одну линию, касаясь локтями друг друга. Руки согнуты в локтях и подняты перед собой на уровне груди. Правая рука, описав полукруг сверху вниз, опускается локтем на левую руку стоящего справа партнера и, продолжая движение, проходить под его левой рукой. «Цепочка» может двигаться и вправо и влево «гармошкой» или «припаданием». Головы повернуты по ходу движения или сохраняют прямое положение.

Шаги

Простой - Движение занимает 1/2 такта. Исходная позиция ног - I свободная. *С продвижением вперед.* На каждую четверть, начиная с правой ноги делается по одному шагу. Юноши ставят ногу на всю стопу; шаги широкие. Девушки в начале ставят ногу на низкие полупальцы, затем мягко опускают ее на всю стопу.

С продвижением назад. Первая четверть - правая нога делает шаг назад на низкие полупальцы и опускается на всю стопу. Левая слегка сгибается в колене и остается впереди; каблук слегка приподнят над полом. Вторая четверть - тот же шаг с левой ноги.

Переменный - Движение занимает один такт. И.п. - I свободная.

С продвижением вперед. Первая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - шаг левой ногой вперед. Вторая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - пауза.

С продвижением назад.

Переменный с притопом - Движение занимает один такт.

С продвижением вперед.

Первая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - шаг левой ногой вперед.

Вторая четверть первая восьмая - одновременно с шагом правой ногой вперед левая слегка поднимается над полом, вторая восьмая - левая нога с одновременным ударом в пол опускается на всю стопу.

Девушки выполняют притоп легко, каблучком. Юноши - сильно, всей стопой.

С продвижением назад.

Выполняется также, как и переменный шаг назад. Притоп выполняется также, как и в шаге с продвижением вперед.

Переменный с каблука - Движение занимает один такт. И.П.- I свободная.

Затакт - небольшое полуприседание на обеих ногах. Руки поднимаются в стороны между подготовительным и третьим положением.

Первая четверть.

Первая восьмая - шаг правой ногой вперед на ребро каблука; нога в колене вытягивается. Левая рука, сгибаясь в локте, поднимается до уровня груди; кисть сжата в кулак, Правая рука заводится за спину. Вторая восьмая - левая нога на низких полупальцах приставляется в прямом положении к каблуку правой, как бы подбивая его. Вторая четверть - первая восьмая - притоп всей стопой правой ноги с небольшим продвижением вперед; в момент притопа колено слегка сгибается. Вторая восьмая - пауза.

С переступанием - Движение занимает один такт. И.П.- I прямая.

Первая четверть первая восьмая - небольшой шаг правой ногой вперед на всю стопу.

Вторая восьмая - левая нога сгибаясь в колене, делая шаг, опускается в первую прямую позицию на всю стопу, чуть впереди правой в полуприседании. Одновременно правая нога сгибается в колене и приподнимается над полом.

Вторая четверть - первая восьмая - правая нога подводится к левой и мягко опускается на пол на всю стопу в первую прямую позицию. Вторая восьмая - пауза.

Дроби

Дроби состоят из удара всей стопой - притопа и ударов полупальцами подушечкой стопы и каблука. Удары могут быть одинарные и двойные. На основе этих ударов создаются различные ритмические композиции - дроби. Все удары и выстукивания в дробях должны быть резкими, четкими, ритмичными и легкими.

Дробная дорожка - Движение может выполняться на месте и с продвижением вперед. Первая четверть первая восьмая - небольшой перескок вперед на всю стопу левой ноги. Правая сгибается в колене, и с «сокращенной» стопой слегка отделяется от пола в прямом положении. Вторая восьмая - удар каблуком правой ноги в пол по I прямой позиции. Вторая четверть - движение повторяется.

Дробь с подскоком - Движение занимает 1/2 такта. Затакт - одновременно с небольшим подскоком на левой ноге правая сгибается в колене и слегка отделяется от пола. Первая четверть Первая восьмая - одновременно с ударом своей стопой в пол левая нога опускается по I прямой позиции, а правая делает резкий удар каблуком у каблука левой, а затем стопой по первой прямой позиции. Одновременно со вторым ударом правая нога ставится на всю стопу, а левая отделяется от пола. Вторая восьмая - небольшой подскок на правой ноге. Существуют еще несколько видов дробей: «мелкая разговорная

дробь», «в три ножки», «дробь хромого» (трех четвертная), тройные поочередные выстукивания.

Основные движения русского народного танца

«Гармошка»

Движение занимает один такт. И.П.- I свободная.

«И» - каблук павой и носок левой ноги слегка приподнимаются над полом и скользящим движением переводятся вправо. «1» - Каблук и носок опускаются на пол, носки соприкасаются.

«И» - Носок правой и каблук левой ноги приподнимаются над полом и скользящим движением переводятся вправо. «2» - Каблук и носок опускаются на пол, каблуки соприкасаются.

«Ковырялочка»

Движение занимает один такт. И.П.- I свободная. Бывает двух видов: без подскоков и с подскоками.

«И» - одновременно с поворотом корпуса влево на левой ноге правая, сгибаясь в колене, делает сильный взмах от колена назад - вправо.

«1» - правая нога, полусогнутая в колене опускается носком в пол; пятка направлена вправо.

«И» - одновременно со скользящим движением левой ноги, корпус и голова поворачиваются к правой ноге. Одновременно правая нога, вытягиваясь в колене, поднимается вперед на 45 о .

«2» - правая нога опускается на пол на ребро каблука в ту точку, где был носок; подъем сокращен. «Ковырялочка» очень хорошо комбинируется с «гармошкой», припаданием, дробями и другими основными элементами русского танца.

«Веревочка»

Движение бывает пяти видов: простая, с двойным ударом, простая с переступанием на всю стопу или на ребро каблука, с двойным ударом с переступанием на всю стопу или ребро каблука или с двойным ударом с переборами.

Простая - «И» - с небольшого приседания с проскальзыванием левой ноги вперед правая, сгибаясь в колене поднимается с боку левой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад. «1» - правая нога опускается позади левой с лево от каблука в перекрещенное положение. «И 2» - движение повторяется.

«Маятник»

Виды: с подскоком на полупальцах, с подскоком на всей стопе.

«Моталочка»

И.П. - I прямое. Движение занимает один такт. «1» - левая нога присогнутая в колене делает небольшой подскок и опускается на всю стопу. Правая,

сгибаясь в колене поднимается назад. «И» - правая нога, опускаясь, делает мазок ребром каблука или всей стопой по полу и поднимается вперед на 45 о. «2» - небольшой подскок на всей стопе левой ноги положение правой ноги меняется. Движение повторяется с другой ноги.

«Молоточки»

Движение занимает 1/2 такта. И.П. - I прямое. «1» - после небольшого подскока на обеих ногах левая с присогнутым коленом опускается на низкие полупальцы; колено направлено вперед. Правая сгибается в колене и с «сокращенной» стопой резко поднимается в прямом положении от колена назад - вверх, носок направлен в пол. «И» - короткий удар в пол полупальцами правой ноги, присогнутой в колене, около каблука левой. После удара согнутая в колене нога сразу резко, акцентированно отскакивает в прямом положении назад - вверх. Колено правой ноги не должно отходить далеко вперед или назад от колена левой.

«Хлопушки»

«Хлопушки» характерны для мужской пляски.

Виды: одинарные хлопки и удары - фиксирующие, одинарные хлопки и удары - скользящие, двойные хлопки и удары, строенные хлопки и удары. Из одинарных, двойных и тройных хлопков составляют хлопучечные комбинации.

«Полуприсядка»

1. С открыванием на ребро каблука,
2. С открыванием ноги на воздух,
3. Разножка - в стороны, на ребро каблука,

Разножка - вперед - назад. Движение занимает один такт. И.П. - I прямое. «И» - небольшой подскок на обеих ногах.

«1» - резкое и глубокое полное приседание. «И» - пауза.

«2» - одновременно с резким подъемом из глубокого приседания обе ноги, вытягиваясь в колене, разводятся: левая вперед на ребро каблука, а правая - назад на полупальцы.

«И» - пауза.

Кадриль

Кадриль — парный танец, некогда салонный, со временем распространившийся в народе, видоизмененный в движениях и манере исполнения, но сохранивший композиционные особенности исторического танца.

В качестве народного танца кадриль имеет много разновидностей: русская и украинская, белорусская и литовская, и даже американская (square dance, что значит, «квадратный танец»). Каждый из вариантов отличается самобытностью и разнообразием.

Пары танцующих располагались по четырехугольнику напротив друг друга и поочередно исполняли свои партии. Кадриль состояла из пяти фигур, каждая из которых завершалась общим движением, объединяющим всех танцоров.

Вначале фигуры были достаточно сложные и назывались Le Pantallon (Штаны – по названию известной песни), L'été (Лето), La Poule (Курица – тоже в связи с песней), La Pastourelle (Пастораль) и Finale (Финал) с включением в него танцмейстером Тренищем фигуры, названной его именем La Trénis. Несмотря на трудность освоения фигур, движения должны были быть идеально отработаны и доведены до совершенства салонными танцорами. Со временем кадриль сильно изменилась, названия фигур были заменены на цифры, одни движения исчезли, другие были упрощены.

Музыкальный размер кадрили – 2/4, иногда 6/8. Исполняется четным количеством пар. В кадрили может быть от 5 до 12 фигур и характерная композиция. Однако, описывая данный танец, следует четко понимать, о каком именно виде кадрили идет речь.

Виды кадрили и их особенности

Видов кадрили как народного танца существует много: русская, белорусская, украинская, литовская, эстонская, латышская, и т.д. Внутри вида может существовать еще множество местных вариантов, так, например, русская кадриль может называться московской, волжской, уральской или, как в северных областях России, четверой, шестерой, восьмерой.

Русская кадриль

Русская кадриль имеет многообразные формы и принципы построения, а также достаточно сложные по композиции и технике исполнения фигуры.

По **форме** построения можно выделить три группы кадрилей:

1. Квадратные или угловые, где пары стоят по сторонам квадрата (их обычно четыре) и движение осуществляется крест-накрест или по диагонали.
2. Линейные или двухрядные, в которых может участвовать до 16 пар и даже больше. Для композиции линейной кадрили характерно движение двух линий танцоров навстречу друг другу.
3. Круговые – в них танцуют 4, 6 или 8 пар. Движение осуществляется по кругу, иногда к центру круга и назад в большой круг.

Фигуры в русской кадрили могут иметь названия, связанные с характером исполняемого движения или рисунком танца: проходочка, знакомство, крутея, звездочка, воротца и др. Между фигурами существуют паузы. Фигуры объявляются ведущим или дается знак для их исполнения – платком или притопом.

Украинская кадриль

Украинская кадриль складывается из множества фигур, достигающих до двенадцати, отличается в большей степени музыкальными композициями,

под которые исполняется. Чаще всего это песенные мелодии («Баламуте», «Ой, не ходи, Грицу» и др.).

Белорусская кадрили

Для белорусской кадрили характерна простота движений и разнообразие построений, фигур может быть от 4 до 12. В отличие от других видов белорусская кадрили может включать солирование танцоров отдельно или попарно. Существуют кадрили, построенные на слиянии национальных танцев с формой кадрили: «Бычок», «Чирик», «Врубел» и др.

Цыганский танец

Цыганский танец приобретает разные формы в зависимости от того, на какого зрителя он рассчитан и в какой стране исполняется. Таборный танец танцевался для своих и демонстрировал мастерство исполнителя, его задача была показать превосходство исполнителя, поэтому он наполнен сложными элементами, основан на импровизации, очень энергичен, ориентирован на взаимодействие с партнерами. Уличный же или сценический стиль танца рассчитан на зрелищность представления - он упорядочен, в нем много синхронных движений, вращений. Такие представления создавались для заработка, а в итоге стали сценическим наследием народного танца.

Кочующие по всей Европе цыгане часто подражали фольклорным танцам народов той страны, в которой они находились, поэтому нельзя выделить единый стиль танца, характерный для цыган всего мира. Так, например, фламенко - это танец андалузских (Испания) цыган. Цыгане Балкан и Турции часто исполняли танец живота, который в их интерпретации получил свои особенности. Оттуда заимствовано хорошо известное нам потряхивание плечами. Композиция цыганского танца в России характеризуется постепенным нарастанием темпа от медленного до крайне быстрого и энергичного в конце. Для мужского танца характерно быстрое, ритмичное обхлопывание себя; для женского - широкие взмахи юбкой, грациозные движения кистями, заимствованные из фламенко и восточных танцев.

Современные танцы

Современный танец – понятие весьма относительное. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому, каждый танец можно назвать современным, но – современным для своего времени. В нынешнем понятии это синоним выражения – «популярный танец».

Современные танцы для детей позволяют развить пластику, гибкость, скорость движений, выносливость и порадовать всех своей физической формой. Их подготовка будет достаточно для участия в конкурсах и танцевальных

«батлах». Дети учатся выражать свои эмоции в танце и будут двигаться так красиво, как никогда раньше!

По всему миру педиатры обеспокоены сегодняшним положением дел – малоподвижные дети подвержены массе неприятных хронических заболеваний, вызванных образом жизни. Но у этой проблемы есть прекрасное решение – современные детские танцы.

Особый интерес представляет собой хип хоп для детей. Хип хоп – это культура, пришедшая к нам с нью-йоркских улиц. Среди других он выделяется благодаря энергичному спортивному стилю, яркости и оригинальности. Для подростков детская школа танцев – это возможность не только полюбить и освоить смелый и одновременно пластичный танец, но и получить живое общение в формате хип хоп культуры.

Календарно-тематическое планирование
Старшая группа

Месяц	Название раздела	Тема занятий	Количество часов	Дата проведения	
				По плану	По факту
Сентябрь	Вводное занятие	«Давайте познакомимся»	1	05.09.22	
		«Здравствуй сказка»	2	12.09.22 19.09.22	
Октябрь	Музыкально ритмические движения	«На птичьем дворе»	2	26.09.22 03.10.22	
		«Зимняя сказка»	2	10.10.22 17.10.22	
Ноябрь	Элементы русского танца, ритмика	«Во саду ли в огороде»	2	24.10.22 31.10.22	
	Детский бальный	«Приглашение к танцу»	2	07.11.22 14.11.22	

Декабрь	танец, ритмика.	«Я хочу танцевать»	2	21.11.22 28.11.22	
	Элементы эстрадного танца, ритмика	«Давайте построим большой хоровод»	2	05.12.22 12.12.22	

	Вводное занятие	«Вместе с другом»	1	19.12.22	
Январь	Детский бальный танец	«Танец цыплят»	2	26.12.22 09.01.23	
	Русский народный танец	Танец «Кадриль»	2	16.01.23 23.01.23	
Февраль		Танец «Краковяк»	2	30.01.23 06.02.23	
		«Танец с гирляндами»	2	13.02.23 20.02.23	
Март	Современный танец	Танец «Восточная сказка»	2	27.02.23 06.03.23	
	Русский стилизованный танец	Танец «Широка река»	2	13.03.23 20.03.23	
Апрель	Современный танец	«Танец детства»	2	27.03.23 03.04.23	
		«Рок-н-ролл»	2	10.04.23 17.04.23	

Май		«Чарльстон»	2	24.04.23 15.05.23	
	Историко-бытовой танец	Танец «Вальс»	2	22.05.23 29.05.23	
		Итого	36		

**Календарно-тематическое планирование
Подготовительная группа**

Месяц	Название раздела	Тема занятий	Количество часов	Дата проведения	
				По плану	По факту
Сентябрь	Вводное занятие	«Давайте познакомимся»	1	08.09.22	
	Музыкально ритмические движения	«Здравствуй сказка»	2	15.09.22 22.09.22	
Октябрь		«На птичьем дворе»	2	29.09.22 06.10.22	
		«Зимняя сказка»	2	13.10.22 20.10.22	
Ноябрь	Элементы русского танца, ритмика	«Во саду ли в огороде»	2	27.10.22 03.11.22	

Декабрь					
	Детский бальный	«Приглашение к танцу»	2	10.11.22 17.11.22	
	танец, ритмика.	«Я хочу танцевать»	2	24.11.22 01.12.22	
	Элементы эстрадного танца,	«Давайте построим большой хоровод»	2	08.12.22 15.12.22	

	Вводное занятие	«Вместе с другом»	1	22.12.22	
	Детский бальный танец	«Танец цыплят»	2	29.12.22 12.01.23	
Январь	Русский народный	Танец «Кадриль»	2	19.01.23 26.01.23	
	танец	Танец «Краковяк»	2	02.02.23 09.02.23	
Февраль	Современный	«Танец с гирляндами»	2	16.02.23 02.03.23	
	танец	Танец «Восточная сказка»	2	09.03.23 16.03.23	
Март	Русский стилизованный	Танец «Широка река»	2	23.03.23 30.03.23	
Апрель	Современный	«Танец детства»	2	06.04.23 13.04.23	
	танец	«Рок-н-ролл»	2	20.04.23 27.04.23	
Май		«Чарльстон»	2	04.05.23 11.05.23	
	Историко-бытовой танец	Танец «Вальс»	2	18.05.23 25.05.23	

		Итого	36		

3.4. Календарный план воспитательной работы на 2022-2023 учебный год

Время проведения	Название мероприятия	Группы	Ответственные	Дата проведения	
				По плану	По факту
Сентябрь	Праздник «Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	05.09.2022	
	«День адыгов».	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	20.09.2022	
Ноябрь	«Осенний бал»	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	25.11.2022	
Декабрь	Праздник «Новый год».	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	29.12.2022	
Февраль	Тематический праздник «День защитника Отечества».	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	22.02.2023	
Март	Проведение праздника «8 Марта».	Старшая и подг. группы	Воспитатели, руководитель кружка «Веселый каблучок»	06.03.2023	
Май	Праздник «День Победы»	Старшая и подг. группы	воспитатели, инструктор по физической культуре, руководитель кружка «Веселый каблучок»	10.05.2023	