

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 47 «Родничок» города Невинномысска

ПРИНЯТ:
на Педагогическом совете
от 28.08.2023 г. протокол № 1

Приложение к приказу
МБДОУ №47 г. Невинномысска
от 30.08.2023 г. № 120-о/д

**Дополнительная образовательная программа
по художественной направленности
по обучению дошкольников хореографии
(3-4 года)**

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Пугачева Светлана Николаевна
старший воспитатель
МБДОУ № 47 г. Невинномысска

г. Невинномысск, 2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

	1. Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Введение	3
1.1.2	Новизна программы	3
1.1.3	Цели и задачи реализации рабочей программы	4
1.1.4	Формы работы	5
1.1.5	Возрастные и индивидуальные особенности детей 3-4 лет	7
1.2	Планируемые результаты освоения программы	7
1.2.1	Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы	7
	2. Содержательный раздел	10
2.1	Описание образовательной деятельности	10
2.2	Поддержка детской инициативы	12
2.3	Взаимодействие взрослого с детьми	13
2.4	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	14
	3. Организационный раздел	14
3.1	Развивающая предметно-пространственная среда	14
3.2	Информационно-методическое обеспечение программы	15
3.3	Учебный план	15
	4. Приложение	16
4.1	Учебно-тематический план	16
4.2	Комплексно-тематическое планирование	16
4.3	Виды детских танцев	18

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Введение

Программа дополнительного образования по хореографии разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Программа танцевально-игровой гимнастики для детей «СА-ФИ-ДАНСЕ» автор Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Обучение детей по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Устав МБДОУ №47 г.Невинномыска.

Занятия по обучению грамоте не заменяют занятия по развитию речи, а лишь дополняют, расширяют развивающие задачи, приводят к системности и последовательности знаний, получаемых детьми на этих занятиях в целом.

1.1.2. Новизна программы

Хореография 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, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что

же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Программа рассчитана на детей от 3 до 8 лет и предполагает четырехлетний срок реализации. Занятия проводятся согласно учебно-тематическому плану, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка дошкольного возраста.

Занятия с детьми проводятся во вторую половину дня. Для детей 3-4 лет продолжительность занятий составляет 15 минут.

1.1.3. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель Программы - формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Основные задачи программы:

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,

- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

Принципы:

индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

1.1.4. Формы работы

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая — наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп — умеренный.

Формы работы			
Режимные моменты	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Формы организации детей			

Индивидуальные Подгрупповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	Индивидуальные Подгрупповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
<p>Использование музыкально-ритмических движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на утренней гимнастике и физкультурных занятиях; - на музыкальных занятиях; - на других занятиях - во время прогулки - в сюжетно-ролевых играх - на праздниках и развлечениях 	<p>Праздники, развлечения</p> <p>Музыка в повседневной жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Театрализованная деятельность -Игры, хороводы - Празднование дней рождения 	<p>Создание атрибутов для театрализации, элементов костюмов различных персонажей, атрибутов для самостоятельного танцевального творчества (ленточки, платочки, косыночки и т.д.). ТСО</p> <p>Создание для детей игровых творческих ситуаций (сюжетно-ролевая игра), способствующих активизации выполнения движений, передающих характер изображаемых животных.</p> <p>Стимулирование самостоятельного выполнения танцевальных движений под плясовые мелодии</p>	<p>Совместные праздники, развлечения в ДОУ (включение родителей в праздники и подготовку к ним)</p> <p>Открытые музыкальные занятия для родителей</p> <p>Создание наглядно-педагогической пропаганды для родителей (стенды, папки или ширмы-передвижки)</p>

1.1.5. Возрастные особенности развития детей 3-4 лет

Дети 3-4 лет

У ребенка этого возраста продолжается дальнейшее физическое развитие, он изменяется внешне, становится более стройным, пропорционально сложенным, в развитии музыкально-ритмических движений у него появляются новые возможности:

- Движения под музыку становятся более легкими и ритмичными;
- Отдельные действия под музыку выполняются более осознанно, ребенок может менять их самостоятельно в связи с изменением контрастных характера, регистра, ритма, темпа, динамики звучания двух-, трехчасового музыкального произведения;
- Он способен выполнить довольно сложные движения, построенные на чередовании рук и ног или на одновременном выполнении движений руками и ногами;
- Танцевальные шаги и движения ребенок легко выполняет с правой ноги (после показа и указаний взрослого), повышается качество исполнения движения;
- Танец может исполнять самостоятельно (при наличии не более трех движений).

Основные движения 3-4 лет

Основные движения	Согласовать с музыкой
Ходьба высоким шагом Ходьба спокойная Ходьба на четвереньках (как медведь) Ходьба на носочках Бег легкий Бег легкий (как птичка) Галоп прямой (как лошадка) Прыжки на двух ногах (как лягушка) Подскоки (как клоун) Бег высокий (как лошадка) Бег легкий (как бабочка)	С характером музыки: Энергичным; Спокойным; Со средствами музыкальной выразительности: <i>Темпом-</i> Медленным, Умеренно медленным, Быстрым; <i>Регистрами-</i> Высоким, Средним, Низким; <i>Динамикой звучания-</i> Громким звучанием, Умеренно громким звучанием, Тихим звучанием.

Танцевальные шаги и движения 3-4 лет:

Русский народный танец:

Танцевальные шаги –

- русский простой хороводный шаг;

- дробный шаг (топочущий);
Танцевальные движения –
- хлопки с разведением рук в стороны.

Детский бальный танец:

Танцевальные шаги -

- легкий бег на носочках;

Танцевальные движения -

- выставление на носочек правой, затем левой ноги.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

По итогам освоения программы планируется достижение следующих результатов:

1 год обучения:

Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения танцевальных движений;
- правила поведения в хореографическом зале.
- ориентироваться в музыкально-пространственных упражнениях;
- овладеть начальной танцевальной памятью;
- слушать и слышать музыку, различно двигаться под музыку;
- учить расслабляющим упражнениям и правильному дыханию.

1.2.1. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Цель: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия

Метод: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Музыкальность — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).

Внимание — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно — это высокий уровень, оценка — 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — оценка 0-1 балл.

Память — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить, как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2-0 баллов.

Координация, ловкость движений — точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

Гибкость, пластичность — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения ("рыбка", "полушпагат" и др. — от 1 до 5 баллов).

Диагностическая карта

ФИО	Определение характера музыки, темпа, ритма		Знание жанровых особенностей музыки		Знание основных видов движений испол. для передачи муз. образа		Умение самостоятельно исполнять знакомые плясовые движе		Умение передавать в пластике муз. образ.		Умение выполнять движения с предметами		Знание и определение видов танца (бальный, народный, классический)		Средний уровень	
	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.

Критерии показателей:

Высокий уровень – 3 балла;

Средний уровень – 2 балла;

Низкий уровень — 1 балл.

Высокий уровень: Ребенок знает и называет жанры музыкальных произведений, умеет выполнять знакомые плясовые движения, правильно выполняет перестроения на площадке. Правильно определяет характер музыки, темп, ритм, умеет передавать в пластике движений музыкальный образ. Умеет сочинять несложные плясовые движения. Умеет определять вид танца.

Средний уровень: Ребенок определяет темп, ритм, характер музыки, знает, но допускает ошибки при определении жанров музыки, умеет передать в пластике музыкальный образ, выполняет несложные плясовые движения при участии взрослого. С небольшой помощью взрослого определяет вид танца.

Низкий уровень: Ребенок допускает ошибки при выполнении плясовых движений, не знает и не умеет определить темп, ритм, характер музыки, не выполняет самостоятельно плясовые движения, не умеет передавать музыкальный образ в пластике, не умеет перестраиваться на площадке, не выполняет правильно упражнения с предметами.

2. Содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап — обучению упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей

движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-

танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

2.2. Поддержка детской инициативы

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (далее ФГОС ДО) указывается, что одним из основных принципов дошкольного образования является поддержка детей в различных видах деятельности. Поддержка инициативы является также условием, необходимым для создания социальной ситуации развития детей.

Целевые ориентиры, определенными ФГОС ДО:

проявляет инициативу и самостоятельность в различных видах деятельности;

способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

ребенок способен к волевым усилиям;

пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;

способен к принятию собственных решений.

Инициативность показывает развитие деятельности и личности, особенно на ранних этапах развития. Инициативность проявляется во всех видах деятельности, но ярче всего в игре, общении, продуктивной деятельности, экспериментировании.

Этапы развития самостоятельности и инициативы.

Первый этап. Формирование умений (действие в соответствии с заданным образцом и речевыми указаниями взрослого). Установление отношений ребёнка со взрослым, где взрослый является носителем нормативов деятельности и образцом для подражания.

Второй этап. Применение умений (самостоятельное действие по знакомым образцам, правилам, алгоритмам). Взрослый выступает уже не как носитель образцов, а как равноправный партнёр по совместной деятельности.

Третий этап. Творческое применение умений в новой ситуации (самостоятельный перенос действия в новые предметные условия и ситуации). На этом этапе уже ребёнок в коллективной деятельности выступает в роли носителя образцов и нормативов деятельности.

Задача воспитателя – создание ситуации, побуждающей детей активно применять свои знания и умения, нацеливать на поиск новых творческих решений. Не нужно при первых же затруднениях спешить на помощь ребёнку, лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт, нацеливать на поиск нескольких вариантов решения, тем самым вызывать у детей чувство радости и гордости от успешных инициативных действий.

2.3. Взаимодействие взрослого с детьми

Успех проведения совместной деятельности во многом зависит от профессиональных качеств педагога, от искреннего интереса к детям, какие методы и приемы использует педагог, чтобы донести определенное содержание, сформировать у них знания, умения и навыки, а также способности в определенном виде деятельности.

Под методами обучения изобразительной деятельности детей дошкольного возраста следует понимать систему действий педагога, организующего практическую и познавательную деятельность детей, которая направлена на усвоение содержания, определенного программой «Лепка».

Традиционно методы обучения классифицируются по тому источнику, из которого дети получают знания, умения и навыки по тем средствам, с помощью которых эти знания, умения и навыки преподносятся. Дети дошкольного возраста приобретают знания в процессе непосредственного восприятия предметов и явлений окружающего и из сообщений (рассказа, объяснения) педагога, а также непосредственной практической деятельности (лепки), то выделяют методы наглядные, словесные, практические. Руководствуясь ярко выраженным игровым отношением детей к образу, игровым проявлениям в процессе изображения и по его окончании, следует выделить игровые методы обучения.

Методы и приемы обучения находятся в диалектическом единстве и могут переходить один в другой. Так, показ нового способа изображения относится к методам, а показ знакомого способа изображения ребенком у доски или индивидуальный показ педагогом в процессе занятия тому, кто в этом нуждается (например, ребенку, с трудом усваивающему способы изображения или пропустившему много занятий), можно назвать приемом обучения.

Выбор педагогом методов и приемов проведения того или иного занятия зависит от ряда обстоятельств. Прежде всего, он определяется целями и задачами конкретного занятия. Отбор методов требует учета специфики вида деятельности, а также знания возрастных особенностей детей и уровня их овладения деятельностью.

Занятия лепкой включают два рода действий: внешние, т.е. движения, производимые руками при лепке, и внутренние: восприятие предмета или картинки, продумывание того, что и как следует делать, представление того, что должно получиться и т.д.

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников строится на основе сотрудничества и направлено на оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии их индивидуальных способностей, а также на создание условий для участия

родителей (законных представителей) в образовательной деятельности детского сада.

В основе системы взаимодействия МБДОУ №47 г. Невинномысска с семьями воспитанников лежит принцип сотрудничества и взаимодействия.

Данные принципы позволяют решать следующие задачи:

1. Изучение семьи и установление контактов с ее членами для согласования воспитательных воздействий на ребенка.
2. Приобщение к участию в жизни детского сада.
3. Изучение и обобщение лучшего опыта семейного воспитания.
4. Повышение их педагогической культуры.

Формы и методы работы с семьей:

формирование единого понимания педагогами и родителями (законных представителей) целей и задач воспитания и обучения детей;

постоянный анализ процесса взаимодействия семьи и МБДОУ №47 г. Невинномысска, его эффективности;

индивидуальное или групповое консультирование;

просмотр родителями занятий;

привлечение семей к различным формам совместной с детьми или педагогами деятельности;

установление партнерских отношений;

посещение семей;

анкетирование, опрос;

педагогическое просвещение родителей (законных представителей) (лекции, семинары, семинары-практикумы);

общие и групповые родительские собрания;

совместные досуги и развлечения;

привлечение родителей (законных представителей) к организации конкурсов, семейных праздников, выставок творческих работ; ведение разделов для родителей на сайте МБДОУ №47 г. Невинномысска.

Кроме основных форм работы, осуществляется постоянное взаимодействие родителей и педагога. Индивидуальные беседы, консультации в течение года.

3. Организационный раздел

3.1. Развивающая предметно-пространственная среда

1. Технические средства обучения (звуковые):

- Видеоаппаратура;
- Мультимедийная система;
- Пианино.

2. Учебно-наглядные пособия:

- Детские музыкальные инструменты.

3. Музыкальные игры:

- «Определи по ритму», «Тихо, громко», «Музыкальное лото», «Веселые ладошки», «Ну-ка, повторяйте», «Стирка», «Зайцы», «Три

поросенка», «Волшебный цветок», «Мельница», «Цирковые лошадки», «Кукляндия», «Цветок», «Ленточки», «Снежинки», «Сладкий апельсин» и др.

4.Набор CD – дисков с записями мелодий.

5.Нотное приложение.

3.2. Информационно-методическое обеспечение программы

1. Программа танцевально-игровой гимнастики для детей «СА-ФИ-ДАНСЕ» автор Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина,

2. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина

3. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.

4. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.

5. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г. Commentsareclosed.

6. «Музыка в детском саду». Вторая младшая группа. Н.Ветлугина, И.Дзержинская, Л.Комиссарова. Москва, 1989г.

7. «Топ-топ каблук» И. Каплунова, И. Новоскольцева, И. Алексеева пособие для муз. руководителей Санкт-Петербург 2000

8. Конорова Ф.В. Хореографическая работа с дошкольниками - Л., Просвещение, 1999

3.3 Учебный план

Учебный план программы реализуется через специально организуемые занятия, которые проводятся 2 раза в неделю в каждой возрастной группе. Расписание занятий составляется и утверждается администрацией с учетом наиболее благоприятного режима для воспитанников, их возрастных особенностей, возможностей использования кабинета.

Учебный план 2023-2024 учебный год

Возрастная категория	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год
Младшая группа (3-4 года)	2 раза в неделю	8	80

4. Приложение

4.1. Учебно-тематический план Первый год обучения (3 – 4 года)

Задачи:

- Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

- Формировать правильную осанку;

- Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- Развивать ручную умелость и мелкую моторику.
- Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Комплексно-тематическое планирование

Виды музыкальной деятельности на занятиях	Программные задачи	Репертуар
Сентябрь- октябрь - ноябрь		
<ul style="list-style-type: none"> - упражнения; - музыкально-игровое творчество; - пляски и хоровод -самомассаж - коммуникативные игры 	<p>Учить детей начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, различать части фразы музыкальных произведений, выполнять движения по словам песни; развивать чувство ритма, координацию движений; побуждать к поискам выразительных движений</p>	<p>«Поезд», «Самолёты» Т.И.Суворой, «Пони» Т.Морозовой, «Машина» С.Д. «Ромашковые песенки» «как котята» Железнова «Червячок» С.Д. «Ромашковые песенки» «Соседи» Железнова</p>
Декабрь - январь		
<ul style="list-style-type: none"> - упражнения; - музыкально-игровое творчество; - пляски и хоровод -самомассаж - коммуникативные игры 	<p>Учить детей легко бегать, начинать и заканчивать движения вместе с музыкой; развивать чувство ритма, координацию движений, умение двигаться в соответствии с характером песни.</p>	<p>«Облака» С.Д. «Котик» С.Д. «Танцевальная палитра «Ромашковые песенки» «Ширмочки» Суворова «Жираф» Железнова «Матрешки» Буренина</p>
Февраль - март		
<ul style="list-style-type: none"> - упражнения; - музыкально- 	<p>Учить самостоятельно менять движения, выразительному</p>	<p>«Танец с ложками» Суворова</p>

игровое творчество; - пляски и хоровод -самомассаж - коммуникативные игры	исполнению движений, совместным и индивидуальным песням под музыку; тренировать в чётком маршевом шаге; побуждать выполнять движения в соответствии с текстом песни	«Поссорились- помирились» «Ладшки» Буренина (маленький танец) «Полька» Танц. палитра
Апрель - май		
- упражнения; - музыкально- игровое творчество; - пляски и хоровод -самомассаж - коммуникативные игры	Совершенствовать навыки естественных движений (ходьба, бег, прыжки); развивать навыки выразительных движений (собираться в круг, взявшись за руки), фантазию, «образность» движений, соответствующих характеру музыкального произведения; поощрять инициативу в инсценировании песен; учить ходить в хороводе, сужать и расширять круг, двигаться врассыпную, не сталкиваясь, передавать в движениях характер нескольких музыкальных произведений	«Ку-ка-ре-ку» СД. «Танцевальная ритмика для детей» №4 Т.Суворова «Морозный денек» СД, «Детский новогодний» «Снежинки и вьюга» СД, «Ритмическая мозаика» №3 «Снежинки» СД. «Танцевальная ритмика»№1 Т.Суворова «Зимы не боюсь» СД. «Детский новогодний»

***Количество занятий по одной теме может варьироваться в зависимости от степени усвоения материала.**

4.3. Виды детских танцев 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 ина 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, кадрили, 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 утерять 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 - «Здравная» - 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. polka "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 полуоборот 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, собраны 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, округлые 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 по луборот 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, проходит 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 каблучком 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.

«Веровочка»

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 хлопучесные 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 кадрили:

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, доходящих 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», «Чижик», «Врубель» 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 подготовки 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.