

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета № 1  
протокол № 1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 198-од от «31» августа 2023г.  
заведующим МБДОУ  
«ДС № 472 г. Челябинска»  
О.С. Кедровских

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

Художественной направленности  
Для детей 4-7 лет  
**«Искорки танца»**

Срок реализации 1 год

**Разработчик:**

Педагог дополнительного образования  
Булатова Виктория Владимировна

Челябинск, 2023 г.

**1 Целевой раздел**

1.1. Пояснительная записка

1.2. Планируемые результаты

**2 Содержательный раздел**

2.1. Характеристика основных особенностей воспитанников

2.2. Характеристика разделов программы

2.3. Организация занятий

2.4. Общий объем учебной нагрузки

2.5. Учебно-тематический план

2.6. Педагогическая диагностика результатов освоения программы

2.7. Особенности занятий хореографией детей с ОВЗ

2.8. Модуль «Наш дом-Южный Урал». Танцы народов Урала.

**3 Организационный раздел**

3.1. Условия необходимые для реализации программы

3.2. Методы и формы организации образовательного процесса

3.3. Методические рекомендации

**Список литературы**

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» дошкольное образование является первым уровнем общего образования в Российской Федерации и направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств детей дошкольного возраста.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования выделяется принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности, обращается внимание на развитие творческих способностей ребенка.

В содержании образовательной области «Художественно – эстетическое развитие» Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, произошли существенные изменения, что вызывает у педагогов дошкольных образовательных организаций затруднения при отборе содержания образования. Следует заметить, что на сегодняшний день в программах, рекомендованных для дошкольного образования, уделяется недостаточно внимания вопросам обучения детей дошкольного возраста искусству танца. Во ФГОС дошкольного образования также указывается на необходимость разработки участниками образовательных отношений парциальных программ различной направленности с учетом специфики образовательных потребностей и интересов детей.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа МБОУ «СОШ № 106 г. Челябинска» художественной направленности для детей дошкольного возраста «Искорки танца» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Программа приобщает детей к танцевальному искусству, раскрывает перед ними его многообразие и красоту, способствует эстетическому развитию дошкольников, прививает им основные навыки умения слушать музыку и передает в движении ее образное содержание.

Работа по танцевально – ритмической гимнастике в МБОУ «СОШ № 106 г. Челябинска» проводится в рамках реализации содержания образования в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений (для детей от 3 лет до 7 лет).

Теоретико – методологическую основу содержания Программы составляют компетентностный и личностно – деятельностный подходы.

**Компетентностный подход** к уровню подготовки воспитанников предполагает, что отбор содержания и организация образовательного процесса должны осуществляться в соответствии с потребностями и интересами воспитанников, обязательно отслеживается средствами системы мониторинга.

**Личностно – деятельностный подход** предполагает организацию деятельности, в которой ребенок выступает как лицо активное и инициативное, индивидуальное и своеобразное; развитие личности в образовательном процессе идет через постоянное обогащение, преобразование, рост и качественное изменение субъективного опыта и связанных с ним личностных смыслов: от утилитарно- прагматических до ценностных. Личностно – деятельностный подход предполагает овладение ребенком видами танцевально – ритмической гимнастики и саморазвитие ребенка.

Нормативно - правовую основу для разработки Программы составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.11.2013 г. № 1155;
- СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СП 1.2.3685-21 от 28.01.2021 г. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р)
- Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями внесёнными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»);
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Методическими рекомендациями по разработке модельных дополнительных общеобразовательных программ (Министерство образования и науки Челябинской области, ГБУ ДПО «ЧИППКРО», 2018);
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ различной направленности (ГБУ ДПО «ЧИППКРО», 2018).

**Новизна** данной Программы состоит в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца, изучая в комплексе различные направления хореографии.

**Цель:** содействие развитию творческих способностей детей средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений.

#### **Задачи:**

##### *1. Укрепление здоровья*

- Способствовать оптимизации роста и опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку;
- Содействовать профилактике плоскостопия, развитию, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

##### *2. Совершенствование психомоторных способностей*

- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности;
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой.

##### *3. Развитие творческих способностей*

- Развивать мышление, воображение, расширять кругозор;
- Формировать навыки самостоятельного движения под музыку;
- Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- Развивать чувство товарищества, взаимопомощи, трудолюбия.

Программа разработана с учётом принципов:

**1. Систематичности:** все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

**2. Вариативности.** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование

необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

**3. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.** Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты.

**4. Наглядности.** Это показ педагогом определенных упражнений, использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

**5. Доступности.** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

**6. Закрепление навыков.** Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

**7. Индивидуализации.** Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

**8. Взаимодействия.** Применение новейших современных зарубежных педагогических идей: «фьюжена» (*сплава нескольких видов пластических направлений*), «тьютерства» (*практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»*).

**9. Интеграции.** Сотрудничество с семьями воспитанников, Школами искусств, театрами, хореографическими коллективами города Челябинска.

**10. Психологической комфортности.** Психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.

В обучении музыкально - ритмическим движениям ярко прослеживается взаимосвязь всех педагогических методов обучения (наглядный, словесный, практический), а игровая форма занятий, занимательность помогают без особых затруднений усвоить многие достаточно сложные движения.

Программа представляет собой систему работы с детьми, рассчитанную на 4 года, предусматривает вариативность ее использования, внесение изменений и дополнений в соответствии с приоритетами в работе с детьми в конкретной дошкольной образовательной организации.

### 1.2. Планируемые результаты освоения детьми программы

Планируемые результаты освоения Программы детьми соотнесены с основными требованиями ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам на этапе завершения дошкольного образования, которые должны выступать гарантом и основанием преемственности дошкольного и начального общего образования ребенка.

По итогам реализации Программы предполагается достижение определенных результатов детьми:

4 - 5 лет	
-Основные танцевальные позиции; -Назначение отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики и хореографии.	-Выполнять простейшие построения и перестроения; -Исполнять ритмические танцы, комплексы упражнений второго года обучения под музыку; -Ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;

	-Выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.
<b>5 – 6 лет</b>	
-Правила безопасности при выполнении физических упражнений с предметом и без предмета; -Основные общеразвивающие и танцевальные упражнения.	-Передавать характер музыкального произведения в движении; -Использовать ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
<b>6 - 7 лет</b>	
- Различать жанры танца, движения, определенные для разных жанров танца	- ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр; -Выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой; -Исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений этого года обучения.

### 1. Содержательный раздел

Данная Программа основывается на следующих парциальных программах:

№ п/п	Наименование программы	Авторы	Выходные данные	Гриф
1	СА – Фи – Дансе	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	СПб., изд.-во «Детство – пресс», 2006, - 352 с.	Рекомендована отделом дошкольного образования Экспертного совета Комитета по образованию администрации Санкт – Петербурга
2	Ритмическая мозаика	Буренина А.И.	СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220 с.	Рекомендована Министерством образования и науки РФ в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста
3	Ритмика и танец	Бриске И.Э.	Челяб.гос. акад.культуры и искусств. – Челябинск, 2012. - 186 с.	Челябинская государственная академия культуры и искусств

#### 2.1. Характеристика возрастных особенностей воспитанников

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребенка, формируется его личность. При творческой деятельности активизируются восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка. Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности

дошкольника в дошкольной образовательной организации, определяется через выбор хореографического направления.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

На **пятом году** жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений, появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

На **шестом году** формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

Дети **седьмого года** жизни физически крепнет, становятся подвижным. Успешно овладевают основными движениями, у них хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Занятия по Программе 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.

## **2.2. Характеристика разделов программы**

*Раздел «Ритмика»* является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

*Раздел «Гимнастика»* служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

*Раздел «Танцы»* направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического.

*Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»* направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

*Раздел «Пластика»* основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

*Раздел «Пальчиковая гимнастика»* служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

*Раздел «Игровой самомассаж»* является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия)** включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать где захочешь и увидеть что хочешь, стать кем мечтаешь.

**Раздел «Креативная гимнастика»** способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения.

## СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 ЛЕТ)

**Раздел «Ритмика»:** Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый. Выполнение различных движений руками в различном темпе.

**Раздел «Гимнастика»:** Строевые упражнения. Построения в шеренгу, колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам.

-**Общеразвивающие упражнения.** Ходьба на носках с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой.

-**Упражнение на расслабление мышц, на укрепление осанки.** Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Лежа на спине при напряжении мышц – выдох; при расслаблении мышц – вдох. Упражнение на осанку в стойке руки за спину с захватом локтей.

**Раздел «Танцы»:** Хореографические упражнения. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты на право, лево переступая на носках, держась за опору. Полуприсед и полный присед лицом к опоре.

-**Танцевальные шаги.** Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, галоп. Прыжки «Ножницы» (с двух ног на две во вторую позицию), на двух ногах, на одной по переменно.

-**Ритмические танцы.** Полька «Старый жук», «Большая стирка», «От улыбки», «Зверобика», «Белые снежинки».

**Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»:** «Песня принцессы и короля», «Карусельные лошадки», «Гуси», «Песня кота Леопольда», «Кошка», «В каждом маленьком ребенке».

**Раздел «Пластика»:** Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»:** Игры - потешки : «Сидит белка на тележке» и т.д., выполнение фигурок из пальцев.

**Раздел «Игровой самомассаж»:** Поглаживание отдельных частей тела в образно - игровой форме «Ежик в баньке...».

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»:** «Два мороза», «Автомобили», «Космонавты», «Будем знакомы».

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия):** «Лесные приключения», «На выручку карусельных лошадок», «Космическое путешествие», «В мире музыки и танца».

**Раздел «Креативная гимнастика»:** Музыкально - творческие игры «Ай, да я!», «Море волнуется». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».



## СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 ЛЕТ)

**Раздел «Ритмика»:** Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы с хлопками на каждый счет и через счет. Гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

**Раздел «Гимнастика»:** Строевые упражнения. Построения в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.

-**Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета.** Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по-турецки». Прыжки на двух ногах.

-**Упражнения с предметом.** Основные положения и движения в упражнении с платком.

-**Упражнение на расслабление мышц, на укрепление осанки.** Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Дыхательные упражнения в свободных образных, имитационных движениях.

**Раздел «Танцы»:** Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе, перед грудью. Полуприседы, подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Перегибы корпуса вперед по второй позиции, стоя боком к опоре. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры.

-**Танцевальные шаги.** Шаг галопа, шаг польки. Пружинные движения ногами в полуприседах, кик - движение. Шаг с притопом, шаг с подскоком, комбинации изученных танцевальных шагов.

-**Ритмические танцы.** «Макарена», «Полька», «Колокольчики звенят» полька, «Хоровод», «Буги- вуги».

**Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»:** «Песня трубодура», «Пусть бегут неуклюже...», «Бу-ра-ти-но», «Современный партер», «Гран- батман», «Чунга-чанга».

**Раздел «Пластика»:** Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»:** Игры-потешки : «Повстречались» и т.д., выполнение упражнений в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативом.

**Раздел «Игровой самомассаж»:** Поглаживание отдельных частей тела в образно - игровой форме.

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»:** «Червяк», «Найди свой домик», «Музыкальные змейки», «Пятнашки».

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия):** «Искатели», «Приходи, сказка», «Путешествие в спортландию», «Цветик-семицветик»

**Раздел «Креативная гимнастика»:** Музыкально - творческие игры «Воздушный шар», импровизация на темы разных музыкальных жанров.

## ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА (6-7 ЛЕТ)

**Раздел «Ритмика»:** Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы с хлопками на каждый счет и через счет. Гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

**Раздел «Гимнастика»: Строевые упражнения.** Строевые приемы «Направо», «Налево», «Кругом» при шаге на месте, переступанием. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по три.

-**Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета.** Прыжки на двух ногах «вытянутый», с поджатыми ногами, «ножницы», «Лыжи». Общеразвивающие упражнения.

-**Упражнения с предметом.** Основные положения и движения в упражнении с помпонами, султанчиками, обручами.

-**Упражнение на расслабление мышц, на укрепление осанки.** Посегментное расслабление из стойки руки вверх до упора присев и положения, лежа на спине. Свободное расслабление всего тела, лежа на спине. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: с проговариванием, задержкой дыхания, с подниманием и опусканием рук. Упражнения для поддержания правильной осанки.

**Раздел «Танцы»: Хореографические упражнения.** Русский поклон с открыванием руки в сторону и одновременным притопом у мальчиков. Русский поклон с открыванием руки от плеча у девочек. Комбинации боком к опоре в русском характере: полуприсед и полный присед по I, II, VI позициям; поднятие на полупальцы, перегибы корпуса, выставление ноги на «каблуки» и т.д.

- **Танцевальные шаги.** Русские шаги: простой, с притопом, «шаркающий», «елочка», «гармошка», «ковырялочка». Подскоки, боковой галоп.

-**Ритмические танцы.** «Зарядка», «Барби», «Топ по паркету», «Веселая кадрили», «Вальс».

**Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»:** «Комплекс танцевально-ритмической гимнастики по кругу», «Партерная гимнастика» (на полу), «Прыжки», «Гран-батман».

**Раздел «Пластика»:** Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»:** Выполнение упражнений в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативом.

**Раздел «Игровой самомассаж»:** Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»:** «Червяк», «День-ночь», «Запев-припев», «Пятнашки».

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия):** «Путешественники», «Морские учения», «Спортивный фестиваль», «Ритмика в стиле ПДД».

**Раздел «Креативная гимнастика»:** Музыкально - творческие игры «Воздушный шар», импровизация на темы разных музыкальных жанров.

### 2.3. Организация занятий

#### Режим занятий:

2-я младшая группа, 3 – 4 года – 18 часов в год, 2 раза в неделю по 15 минут;

средняя группа, 4 - 5 лет – 24 часов в год, 2 раза в неделю по 20 минут;

старшая группа, 5 - 6 лет – 30 часов в год, 2 раза в неделю по 25 минут;

подготовительная к школе группа, 6 - 7 лет – 36 часов в год, 2 раза в неделю по 30 минут.

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

*I. 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.

II. 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 балетные танцы, пластика, креативная гимнастика.

III. 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.

#### Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек: гимнастический купальник; юбочка шифоновая (в тон цвету купальника); балетки белого цвета, носки или лосины; волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков: футболка белого цвета; шорты темного цвета; белые носки.

#### 2.4. Общий объем учебной нагрузки

##### Распределение количества часов УТП

Возраст	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
4-5 лет	20 мин	2 раза	40 мин	24 часов
5-6 лет	25 мин	2 раза	50 мин	30 часов
6-7 лет	30 мин	2 раза	1 час	36 часов

#### 2.5. Учебно-тематический план

Средняя группа 4-5 лет				
№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:	
			теоретических	практических
1.	Ритмика	2	-	2
2.	Гимнастика	2	-	2
3.	Танцы	6	1	5
4.	Танцевально- ритмическая гимнастика	7	-	7
5.	Пластика	1	-	1
6.	Пальчиковая гимнастика	30мин	-	30мин
7.	Игровой самомассаж	30мин	-	30мин
8.	Музыкально-подвижные игры	2	-	2
9.	Игры-путешествия	2	30мин	1,5
10.	Креативная гимнастика	1	30мин	30мин
Итого часов:		24	2	22

Старшая группа 5-6 лет				
№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:	
			теоретических	практических

1.	Ритмика	2	-	2
2.	Гимнастика	1	-	1
3.	Танцы	9	1	8
4.	Танцевально- ритмическая гимнастика	10	1	9
5.	Пластика	1	-	1
6.	Пальчиковая гимнастика	1	-	1
7.	Игровой самомассаж	1	-	1
8.	Музыкально-подвижные игры	2	-	2
9.	Игры-путешествия	2	-	2
10.	Креативная гимнастика	1	-	1
Итого часов:		30	2	28

Подготовительная группа 6-7 лет				
№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:	
			теоретических	практических
1.	Ритмика	1	-	1
2.	Гимнастика	2	-	2
3.	Танцы	12	2	10
4.	Танцевально- ритмическая гимнастика	9	-	9
5.	Пластика	2	-	2
6.	Пальчиковая гимнастика	1	-	1
7.	Игровой самомассаж	1	-	1
8.	Музыкально-подвижные игры	3	1	2
9.	Игры-путешествия	3	1	2
10.	Креативная гимнастика	2	1	1
Итого часов:		36	5	31

## 2.6. диагностика результатов освоения программы

Под педагогической диагностикой понимается такая оценка развития детей, которая необходима педагогу, непосредственно работающему с детьми, для получения «обратной связи» в процессе взаимодействия с ребенком или с группой детей. При этом, согласно ФГОС дошкольного образования, такая оценка индивидуального развития детей, прежде всего, является профессиональным инструментом педагога, которым он может воспользоваться при необходимости получения им информации по динамике развития детей.

Мониторинг проводится путем заполнения на каждого ребенка диагностической карты, содержащей показатели освоения Программы.

Педагогическая диагностика проводится на основе методики А.И. Бурениной «Диагностика уровня танцевального и психомоторного развития детей».

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год (*вводный – в сентябре, итоговый – в мае*).

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

**Метод диагностики:** 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).

Для каждого возраста определяют разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений, раскрытый в задачах.

**Эмоциональность:** выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что -то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э—5).

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление **экстраверсии** или **интроверсии**. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить, как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может делать важные выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его состоянии на данный момент по типичности или не типичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных характерологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии.

*Примечание:* при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

**Творческие проявления:** умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные "па". Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

**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.

**Подвижность (лабильность) нервных процессов:** проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.

Запаздывание, задержка и медлительность отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N — норма (5 баллов); В (возбудимость), 3 (заторможенность) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, 3-1, 3-2 и т.д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).

**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).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

**Пример оценки детей:**

5 баллов — умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

4-2 балла — в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0-1 балл — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Карта мониторинга уровня танцевального и психомоторного развития детей**

Группа № \_\_\_\_\_ Воспитатель: \_\_\_\_\_

Ф. И. ребенка	Музыкальность		Эмоциональная сфера		Проявление характерологических особенностей ребенка		Творческие проявления		Внимание		Память		Подвижность нервных процессов		Пластичность гибкость		Координация движений	
	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ
1																		
2																		
3...																		

## 2.7. Особенности занятий хореографией детей с ОВЗ

Хореография - прекрасное средство психотерапии. Танцевать особенно рекомендуется тем, у кого отмечается повышенное чувство страха или неуверенности в себе, а также людям, склонным к депрессии.

Каждый жанр хореографического искусства предоставляет свои возможности познания окружающего мира, человека и человеческих взаимоотношений. Танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение. Включение тренажа в урок способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравнивая право- и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечнососудистой системы, повышая тем самым жизненную активность.

*Занятия хореографией и физическое развитие детей с ОВЗ, направлено на решение следующих задач:*

1. Задачи, направленные на коррекцию, компенсацию и предупреждение отклонений в физическом развитии, обусловленных характером нарушений.
2. Укрепление психофизического здоровья ребенка.
3. Обеспечение развития гармоничного его телосложения: правильная осанка; закрепление потребности в разных видах двигательной деятельности; развитие движений, двигательных качеств, танцевальной и умственной работоспособности; тренировка сердечнососудистой и дыхательной систем.
4. Формировать художественно-образное восприятие и мышление.
5. Интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка.

Специфика работы с детьми с ОВЗ состоит в снижении уровня возрастных требований к хореографическим элементам, кратковременности выполнения каждого отдельного движения.

На начальных этапах обучения целесообразно проводить с детьми бессюжетные танцевально-игровые занятия, так как у них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве. Бессюжетные танцы способствуют повышению эмоционального тонуса и учат детей ориентироваться схеме рисунка. При обучении детей танцевальным упражнениям применяются словесные, наглядные и практические методы.

Коррекционно-воспитательная работа в хореографии детей с ОВЗ, направлена на развитие внимания и запоминания, формирование восприятия и мышления, а также воспитание определенных качеств личности. Задача, стоящая сегодня перед руководителями детских творческих коллективов заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу развития детей (физического, психологического, интеллектуального) более продуктивно, применяя новые технологии. Актуальность данной темы заключается в разрешении сложившегося противоречия, в котором с одной стороны выступает необходимость развития двигательной моторики детей с ОВЗ и недостаточным количеством развивающих методик с другой.

При правильной постановке обучения, хореография способствует развитию личностных качеств у детей с ОВЗ, произвольного внимания, умения преодолевать посильные трудности, контролировать себя: развитию целеустремленности, настойчивости, организованности, дисциплинированности, смелости, правильному отношению к оценке своих действий и положительному отношению к сверстникам.

### *Специфика занятий*

Специфика работы с детьми с ОВЗ, состоит в адаптации классических методов и технологий, с учётом индивидуальных психофизических особенностей ребёнка, с учётом

выраженного дефицита межсенсорного взаимодействия, зрительно-моторно-слуховая координация. В снижении уровня возрастных требований к танцевальным упражнениям, кратковременности выполнения каждого отдельного движения по сравнению с детьми не имеющих особенностей в психофизическом развитии.

В каждое занятие включается специальная работа по коррекции функции равновесия, укреплению мышц, формирующих правильную осанку, и мышц свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), развитию дыхательной мускулатуры и нормализации двигательной активности.

На начальных этапах обучения целесообразно проводить с детьми бессюжетные подвижные игровые танцы, так как у них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве помещения, и не могут понять правила и условия сюжетных танцев, этюдов, танцевальных зарисовок. Бессюжетные танцы способствуют повышению эмоционального тонуса и учат детей ориентироваться в пространстве. При обучении детей хореографическим упражнениям применяются словесные, наглядные и практические методы.

На первых годах обучения основными методами являются наглядные и практические. В начале обучения детей надо учить действовать по подражанию действиям взрослого, зеркальному отражению. Весь первый год подражание остается основным методом обучения. По мере овладения детьми пониманием инструкции возрастает и роль речи.

Большую роль в физическом развитии детей с нарушениями играет правильное определение количества упражнений, которые должны благоприятно влиять на состояние здоровья детей, состояние их сердечнососудистой системы.

При правильной постановке хореографического обучения воспитание способствует развитию личностных качеств детей с психофизическими нарушениями произвольного внимания, умения преодолевать посильные трудности, контролировать себя: развитию целеустремленности, настойчивости, организованности, дисциплинированности, смелости, правильному отношению к оценке своих действий и положительному отношению к сверстникам.

### *Моторика*

Формирование движений, моторики ребенка это - один из важнейших компонентов физического развития детей с ОВЗ. Чувство радости, ощущение самостоятельности остаются главными источниками мотивации танцевальной активности детей.

В физическом развитии детей с ОВЗ, так же, как и в психическом, имеются общие тенденции с развитием детей без особенностей развития. Наряду с этим наблюдается и множество отклонений, в основе которых лежит диффузное поражение коры головного мозга.

Эти отклонения находят свое выражение в ослабленности организма, в нарушениях соматики, большей подверженности простудным и инфекционным заболеваниям, в общем физическом недоразвитии (вес, рост), в нарушении развития статики и локомоции, основных движений, мелкой моторики, осанки, координации элементарных двигательных актов, в нарушениях равновесия и др. У детей с органическим поражением центральной нервной системы нарушена нервная регуляция мышечной деятельности. В результате своевременно не формируется контроль за двигательными актами, возникают трудности в формировании произвольных движений, в становлении их целенаправленности, координированности, пространственной ориентировки. Некоторые дети производят впечатление физически здоровых и двигательно-сохранных, но это кажущееся благополучие. У этих детей отклонения в физическом развитии проявляются при выполнении заданий, требующих включения целенаправленных двигательных актов. Корпус у них наклонен вперед, голова опущена вниз, они часто смотрят под ноги. При ходьбе они шаркают ногами, движения рук и ног не



согласованы между собой, стопы ног развернуты носком внутрь. У некоторых детей при ходьбе отмечается семенящий, неритмичный, неравномерный шаг, темп ходьбы неустойчив, ноги слегка согнуты в тазобедренном суставе. При беге также наблюдается мелкий семенящий шаг, полусогнутые ноги опускаются всей стопой на землю, движения рук и ног несогласованны, движения неритмичны. При этом у некоторых детей отмечаются боковые раскачивания корпуса. Многие дети с ОВЗ, не могут прыгать — ни на двух, ни на одной ноге.

### *Координация*

Координация движений - это двигательная способность, которая развивается посредством самих движений. И чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности. Известно, что координационная способность человека достигает высокого уровня развития к 6-7 годам жизни. Отмечено также, что дети, занимающиеся хореографией, добиваются виртуозности движений, которым их обучают. Это дает основание считать, возможным тренировать и совершенствовать координацию движений. Ученые-физиологи указывают на большое значение педагогического воздействия как фактора, формирующего взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга. Важнейшим показателем тренированности центральной нервной системы, является рост подвижности, уравновешенности, а также концентрации (как во времени, так и в пространстве) возбуждательных и тормозных процессов. Все это создает благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы, а также всего нервно-мышечного аппарата. В ходе занятий танцами постоянно формируются и уточняются различные формы содружественных и реципроктных отношений между нервными центрами мышечных групп, и чем выше тренированность человека, тем более совершенными становятся эти отношения. В занятия с детьми с ОВЗ следует включать максимально разнообразные движения. С тем чтобы обеспечить наилучшее развитие координационных возможностей.

Таким образом, используя активную двигательную деятельность как форму тренировки, мы можем ускорить и усовершенствовать процесс развития координации движений. Однако следует помнить, что это должен быть не хаотический набор движений, а правильно и строго организованный педагогический процесс, в котором хореографические упражнения выполнялись бы с определенной нагрузкой и дозировкой соответственно возрасту и психофизическому развитию занимающихся.

### *Музыка*

На занятиях хореографией, большое значение придается слушанию и разбору музыки танца (ее характера, настроения, структурного построения, ритмическим особенностям). Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им эмоциональную окраску. Музыкальное сопровождение должно быть ярким, эмоциональным, выразительным. Среди всех искусств, в единстве с которыми развивается танец, музыка наиболее близка ему по обобщенности, ассоциативности и структурным закономерностям. Но, пластический изобразительный язык танца все же более конкретен, как и зрим.

«Ганцевальная музыка, - писал великий реформатор и теоретик балета Ж.Ж. Новер, - представляет собой или должна представлять своего рода программу, которая усиливает и предопределяет движение и игру каждого участника танца.» Музыка в любом своем проявлении создает прежде всего содержательную основу танца. Давая развитие эмоционального состояния образов, сопоставляя разные его стадии, музыка предлагает танцу действенную линию для пластических характеристик действующих лиц и событий. Этому, безусловно, способствует процесс работы по выявлению ритмическо-структурной общности.

Как правило, танцевальная форма находится в различной степенной зависимости от временных и структурных характеристик музыки: темпа, ритма и построения. Чтобы заинтересовать детей с ОВЗ танцевальным творчеством, совместно с практическими занятиями проводятся и теоретические. На занятиях даётся общая характеристика музыки, придумываются образы, сюжеты. Проводятся беседы об особенностях фольклорного творчества, рассматриваются иллюстрации, знакомящие детей с костюмами, образами, традициями и обычаями народов, эпох. Всё это необходимо для того, чтобы ввести детей в мир тех образов, той музыки, под которую они будут танцевать. Плавность вальса, жизнерадостность и веселость польки и галопа, зажигательность и удаль многих плясовых народных мелодий, отражающихся в движениях этих танцев, словесно описываются педагогом на занятиях).

Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.

Двигаться, как подсказывает музыка – строгий закон, который следует неуклонно соблюдать на всем протяжении занятия. Движения должны вытекать из музыки, согласовываться с ней, отражая не только ее общий характер, но и конкретные средства выразительности.

В процессе обучения, помогая найти ребенку нужное движение, педагог своим советом, словом, собственным примером и т.д. Совпадение образного слова, музыки и движения, развивается детское воображение, ребенок точнее передает характер музыкального произведения, движения становятся свободными, исчезает скованность, появляется уверенность.

Одна из первых характеристик танца – это темп музыки. Темп всегда обусловлен содержанием и характером музыки. В практике музыкально- танцевальной работы чаще всего применяются темпы: умеренный, довольно быстрый, быстрый, неторопливый, медленный. Первый этап работы над темпом – это следование темпу музыкального произведения, необходимо научить воспринимать и передавать в движениях различные темпы музыкальных примеров со всевозможными оттенками. Темп – это не просто скорость звучания, это художественная характеристика, которая влияет на эмоциональное восприятие музыкальной мысли. Поэтому, если не совпадает темп исполнения музыки и танца, это всегда читается как расхождение. Надо найти такой объем движений, такую степень мышечного напряжения, чтобы двигаться в данном темпе удобно, естественно и целесообразно. Необходимо также научить ребенка сохранять устойчивость в танце. Очень полезна тренировка в выдерживании взятого темпа танца. Важна задача по обучению детей переключаться из одного темпа в другой, изменять темп танца в соответствии с изменением темпа музыки.

При оценки физиологического воздействия занятий танцами на организм детей с ОВЗ необходимо учитывать степень зрелости центрального аппарата регуляции двигательных функций, особенности возрастного развития физиологических систем организма.

Таким образом, специфическим для реализации принципа системного чередования нагрузки и отдыха в процессе обучения танцу детей с ОВЗ, является построение четкой системы и последовательности воздействий с учетом «следовых» явлений. Этим определяются такие методические пути реализации принципа как:

- рациональная повторность заданий;
- рациональное чередование нагрузок и отдыха;

- повторность и вариативность заданий и нагрузок.

Из принципа адаптированного сбалансирования динамики нагрузок вытекает три основных положения, в соответствии с которыми определены типичные формы динамики суммарной нагрузки в рамках этапов обучения танцу.

1. Суммарная нагрузка, используемая в процессе обучения, должна быть такой, чтобы ее применение не вызывало негативных отклонений в здоровье.

2. По мере адаптации к применяемой нагрузке, т.е. перехода приспособительных изменений в стадию устойчивого состояния, необходимо очередное увеличение параметров суммарной нагрузки. Чем выше достигнутый уровень подготовленности, тем значительнее увеличение параметров нагрузки.

3. Использование суммарных нагрузок в процессе обучения танцу предполагает на отдельных этапах в системе занятий или временное снижение ее, или стабилизацию, или временное увеличение.

Успешное и длительное совершенствование физических качеств указанным путем невозможно без обеспечения известной меры прочности их основы и поэтапного закрепления достигнутых сдвигов. Здесь мы сталкиваемся с диалектическим единством таких противоречивых тенденций, как изменчивость в целях совершенствования, сохранность и стабильность достигнутого для обеспечения надежности двигательного навыка в его использовании. В умении правильно разрешить это противоречие и заключается мастерство преподавателя танца.

## **2.8. Модуль «Наш дом - Южный Урал». Хореографическое искусство Урала.**

Уральские пляски, в отличие от плясок западных областей России, исполняются малым количеством участников, так как местом их исполнения зимой была изба, летом на улице - место у дома. Мужскую пляску отличает удаль, виртуозность, ловкость, юмор, сочетающиеся со скромностью, вниманием и уважением к партнёрше. Женской пляске присущи гордость, благородство, плавность и в то же время юмор и задор.

Немаловажную роль на своеобразии танца оказала величественная природа уральских земель и суровые климатические условия. Всё это породило новые виды плясок, своеобразную манеру исполнения, тематику интересное построение – рисунки. Девушки в хороводах стройные, величественные, недоступные, как горы, в то же время быстродвигающиеся, как вода в горных речках. Руки же, как крылья гордой птицы готовой внезапно взлететь. Суровый климат, долгая зима не только формировали особый тип человека, его внутренний и внешний облик, своеобразие одежды, обуви, но и во многом обусловили особенности композиции, манеру и характер исполнения танцев.

В особую группу можно выделить военный фольклор в основе которого военно-бытовые песни - старинные походные, строевые песни черноморских и донских казаков, рождённые и бытующие в казачьей среде. Интересный материал представляет фольклор уральских казаков, который носит в себе черты народного творчества запорожских и донских казаков. В некоторых уральских казачьих кадрилих есть целые фигуры, заимствованные из украинского, польского танцев, исполнявшиеся под аккомпанемент украинских и польских песен.

### ***Танцевальные жанры Урала:***

1) Хороводы. Одним из основных жанров русского народного танца является хоровод. Это не только самый распространённый, но и самый древний вид русского танца. Хоровод – это массовое народное действо, где пляска или игра неразрывно связаны с песней, он распространён по всей России, и каждая область вносит что-то своё, создавая разнообразие в стиле, композиции, характере и манере исполнения.

2) Массовая пляска. На Урале на весенних и летних «луговых» гуляньях и на других народных праздниках, а также в избах пляшут ставшие традиционными разнообразные групповые пляски: «Кручёнку», «Круговую барыню», «Топтушу», «Круговушку» и другие.

3) Кадриль. По количеству исполнителей кадриль можно отнести к групповым пляскам, но более позднее появление в быту русского человека. Она появляется во время развития промышленности: конец 19-начало 20 века. Поэтому кадриль выделяется в самостоятельный вид русской народной пляски. «Шестёра» исполняется в быстром темпе, с задором, жизнерадостно. Вся пляска построена на нескольких движениях – основной ход «Шестёры» и разнообразные дробы.

4) Уральский перепляс. Парный перепляс, по другому называют «Доказывай». Это живой, жизнерадостный танец игрового характера. Девушки выводят юношей «доказывать» своё мастерство. Юноши танцуют энергично и лихо отплясывают, стараясь «доказать» своё умение и не потерять уважение девушек. На Урале к тому же бытует интересный мужской перепляс.

Фигуры плясок. «Шитьё» (шен по кругу или в линии). «Звёздочка». «Карусель». «Качели». «Ручеёк». «Ворота». Парни в плясках очень собранные, вёрткие, лихо исполняют разнообразные хлопучки, присядки, дробы и другие движения.

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Условия необходимые для реализации программы

Для эффективной реализации Программы необходимы следующие условия:

- Личностное общение педагога с ребенком;
- Наличие помещения;
- Правильное покрытие пола – деревянное либо ковровое покрытие;
- На каждого ребёнка должно быть отведено 4 метра площади;
- Избегать употребление жвачки во время занятия;
- Каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия;
- Широкое использование технических средств обучения (видео -, аудио -техника);
- Атрибуты, наглядные пособия;
- Зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку перед каждым занятием;

Иметь: регламент кружковой деятельности, методический материал, календарно - тематический план, учебно – тематический план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

#### 3.2. Методы и формы организации образовательного процесса

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в Программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (*отдельному движению*);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
- название упражнения; - показ; - объяснение техники;	-уточнение двигательных действий;	-закрепление двигательного навыка;

-опробования упражнений.	-понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; -свободное и слитное выполнение упражнения.	-выполнение упражнений более высокого уровня; -использование упражнений в комбинации с другими упражнениями; -формирование индивидуального стиля.
--------------------------	--	---

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей 3-7 лет был эффективным, на занятиях по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

Занятия музыкально – ритмической пластикой способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

#### *Обучающие занятия*

На общих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций

#### *Закрепляющие занятия*

Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы выполняются вместе с педагогом. При повторях выбирается кто-то из ребят, выполняющих движения правильно, лучше других или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

#### *Итоговые занятия*

Дети самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все изученные движения и танцевальные комбинации.

#### *Импровизированная работа*

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на заданную им тему педагогом.

Набор в группы – свободный.

### **3.3. Методические рекомендации**

- Изучать новинки научно-методической литературы по музыкальному воспитанию дошкольников.
- Использовать в работе с детьми самые разнообразные формы, методы, приемы воздействия.
- Учитывать индивидуальные, психологические, возрастные особенности детей.
- Представлять достигнутые результаты на праздниках, развлечениях, конкурсах, фестивалях.
- Проводить работу по танцевально – ритмической гимнастике и хореографии в тесном контакте с родителями.
- Использовать дидактический и наглядный материал в соответствии со всеми гигиеническими и психологическими требованиями.
- Каждому музыкально-ритмическому и танцевальному движению лучше давать название, связывая с определенным образом, потому как именно образное мышление в дошкольном возрасте является средством познания окружающего мира.
- Новые движения целесообразно сначала выполнять в медленном темпе, затем постепенно увеличивать амплитуду, количество движений и только после этого ускоряется темп.
- Поощрять детей, укреплять веру в собственные силы, развивать двигательную активность ребенка.

*Девиз: «Ты – молодец! У тебя все получится!» - должен стать основополагающим на протяжении всего обучения.*

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М., 1983.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. СПб., 2000.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб, 1997.
4. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Праздник каждый день».-«Композитор» - Санкт-Петербург, 2007.
5. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Этот удивительный ритм».-«Композитор» - Санкт-Петербург, 2005.
6. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
7. Лисицкая Т. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 1999.
9. Нестерюк Т.В. Гимнастика маленьких волшебников. – «ДТД», 1993.
10. Ротэрс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
11. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М.: 1972.
12. Тюрин Аверкий. Самомассаж. – СПб.: Москва, Минск, Харьков, 1997.
13. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976.
14. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб; «Детство –ПРЕСС», 2000.
15. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб., 1996.
16. Шевченко Ю.С. Музыкотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. – М., 1995.

