МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

Принята на заседании
педагогического совета ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

от «31» 08 2026г.
Протокол № 01

Утверждаю
Директор ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

_____ Боярский Д.В.
«31» 08 2026г.

Приказ №164 от 31 августа 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности

«Кувырок»

Возраст учащихся: 3 - 6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: педагог
дополнительного
образования
Щепелева И.Д.

Астрахань,
2026г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3. УЧЕБНЫЕ ПРЕДМЕТЫ
3.1. ДЕТСКИЙ ТАНЕЦ
3.1.1. Пояснительная записка
3.1.2. Тематический план
3.1.3. Содержание учебного предмета
3.2. ДЕТСКИЙ СТРЕЙЧИНГ
3.2.1. Пояснительная записка
3.2.2. Тематический план
3.3.3. Содержание учебного предмета
4. ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ
5. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ
5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
6. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
7. ГЛОССАРИЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительное образование – это одна из возможностей вхождения человека в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития.

Танцевальное искусство, как одно из направлений дополнительного образования, обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая комплексная программа детской танцевальной студии **«Кувырок»** рассчитана на 1 год обучения и предполагает проведение занятий с детьми от 3 до 6 лет по учебным предметам: «Детский танец», «Детский стретчинг». Форма обучения – **очная, групповая.** Уровень освоения программы – ознакомительный.

Режим занятий

Учебный предмет	Количество учебных недель	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Детский стретчинг	36	1	36	1	36
Детский танец	36	1	36	1	36
Всего:		2	72	2	72

Актуальность данной дополнительной общеразвивающей программы обусловлена социальным заказом потребителей образовательных услуг ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ», заинтересованных в раннем художественно-эстетическом развитии дошкольников.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что предлагаемая система занятий укрепляет физическое развитие и эмоциональное состояние детей; развивает силу, гибкость, ловкость, быстроту и координацию движений; способствует формированию интереса к занятиям хореографией, новой деятельности; прививает трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, самостоятельность.

Цель программы - развитие творческих способностей учащихся через включение их в танцевальную деятельность, приобщение учащихся к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Направленность – художественная.

Задачи программы:

Образовательные:

- формировать первоначальные хореографические навыки;
- познакомить учащихся с техникой выполнения физических упражнений;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- формировать элементарные знания о строении человеческого тела;
- обучить приемам правильного дыхания.

Развивающие:

- развивать координацию движений, опорно-двигательный аппарат;
- развивать темпо-ритмическую память учащихся;
- развивать ловкость, гибкость, силу, выносливость, подвижность, эластичность;
- развивать мелкую моторику, память, внимание, воображение;
- развивать творческие способности учащихся.

Воспитательные:

- формировать общую культуру личности учащихся, способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитывать эстетический, художественный вкус;
- прививать этические нормы поведения, культуру общения;
- воспитывать чувство товарищества и взаимопомощи;
- воспитывать самостоятельность, дисциплинированность, волю, трудолюбие, терпение.

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ « ДЕТСКИЙ ТАНЕЦ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА « ДЕТСКИЙ ТАНЕЦ»:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

– дать первоначальную хореографическую подготовку.

РАЗВИВАЮЩИЕ:

– развивать общую музыкальность, чувство ритма, координацию движений, ориентирование в пространстве, танцевальную выразительность движений, эмоциональную отзывчивость на музыку;

– соразмерно формировать танцевальные способности учащихся (музыкально-двигательные и художественно-творческие).

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

– формировать общую культуру личности учащихся, способной адаптироваться в современном обществе;

– воспитывать эстетический, художественный вкус;

– прививать этические нормы поведения, культуры общения.

Занятия по предмету проводятся по разделам: «Элементы музыкальной грамоты. Ритмика», «Танцевальные азы», «Хореографические этюды и танцы».

РАЗДЕЛ «ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ. РИТМИКА» включает музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки; музыкальные игры, ритмические упражнения.

Упражнения данного раздела способствуют развитию музыкальности, формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение согласовывать музыку с движениями.

РАЗДЕЛ «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ АЗЫ» направлен на формирование правильной осанки, постановки корпуса, ног, рук, головы, выработку элементарной координации движений.

Упражнения на ориентирование в пространстве подготавливают учащихся к участию в хореографических постановках, знакомят с понятием «рисунок танца».

РАЗДЕЛ «ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ» включает этюдную работу над небольшими сюжетными танцами, которые отражают сказочные сюжеты, животных, птиц, явления природы, игры, забавы детей и т.д.

Этюды в форме хореографической импровизации на заданную тему, что помогает развивать творческую фантазию учащихся и умение использовать полученные знания и навыки на практических занятиях.

Режим занятий

Учебный предмет	Количество учебных недель	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год
«Детский танец»	36	1	36	1	36

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1. Элементы музыкальной грамоты. Ритмика.	10	2	8	Наблюдение, устный опрос, практический показ, анализ исполнения
2. Танцевальные азы.	19	2	17	Наблюдение, устный опрос, практический показ, конкурс творческих заданий, анализ исполнения
3. Хореографические этюды и танцы.	7	-	7	Наблюдение, танцевальная импровизация на заданную тему, конкурс творческих заданий, открытое занятие
ИТОГО:	**36**	**4**	**32**	

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ЭЛЕМЕНТЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ГРАМОТЫ. РИТМИКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Введение. Цель и задачи. Азбука музыкального движения (мелодия и движение). Слушание музыки. Музыка и ритм. Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Маршевая музыка. Музыкальные темпы (медленно, умеренно, быстро). Пауза. Контрастная музыка. Динамические оттенки в музыке и движении. Представление о выразительных средствах музыки. Легато – стаккато в музыке. Жанры музыкальные и танцевальные. Музыкальные размеры. Длительности. Ритмический рисунок. Характер музыки и его отражение в движении. Особенности танцевальных жанров: полька, галоп, вальс.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Изучение разминки. Выявление физических, музыкальных данных воспитанников. Беседа «Музыка и танец». Осанка (постановка корпуса, рук, головы). Сценический шаг. Понятия «опорная и работающая нога». Поклон. Маршевый шаг. Музыкально-ритмические упражнения. Хлопки. Движения в различных темпах. Выработка умения согласовывать движения с музыкой, переключение с одного темпа на другой. Музыкально-пространственные упражнения. Комплекс танцевальных элементов на практическое освоение знаний теоретического раздела. Ритмические упражнения с хлопками и прыжками. Музыкально-ритмические упражнения «Круг дружбы», «Художник». Музыкальные игры.

РАЗДЕЛ 2. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ АЗЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Шаги на полупальцах. Легкий бег. Шаг с подскоком. Русский переменный шаг. Боковой подскок (галоп). Позиции ног: I, II, III (полувыворотные, выворотные). Положение кистей рук в танце. Положения рук на талии, за юбку. Движения для головы и плечевого пояса. Полуприседание по VI, I, II, III позициям. Поднимание на полупальцы по VI и I позициям. Реверанс для воспитанниц. Поклон для воспитанников (в ритме вальса). Вытягивание ноги в сторону и вперед с переводом «носок-каблук» в характере русского народного танца. Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием. Упражнения в пространстве, повороты вправо и влево. Прыжки на двух ногах по VI позиции. Упражнения на ориентирование в пространстве, движение по диагонали зала. Вытягивание ноги в сторону и вперед с переводом «носок-каблук» в сочетании с полуприседанием. Положения и движения рук, принятые в русском танце. Построения и перестроения в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну по четыре и обратно, из колонны в шеренгу, круг, сужение и расширение круга, «воротца». Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. Demiplie по I, II, III позициям. Переводы рук из позиции в позицию. Releve на полупальцах по VI, I, III позициям. Battements tendes в сторону, вперед из I позиции. Battements tendes в сторону, вперед из I позиции с demiplie в I позицию.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Музыкально-пространственные игры. Музыкальные игры, прыжки по VI позиции. Упражнения лицом к станку, на середине зала. Экзерсис лицом к станку, на середине, по диагонали зала. Изучение реверанса и поклона. Тренаж лицом к станку и на середине зала.

РАЗДЕЛ 3. ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ И ТАНЦЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Понятие «рисунок танца». Pas deqaqe по II, IV позициям. Шаг польки (в народном стиле). Основной и боковой шаги танца «Pas de qrace». Элементы танца «Pas de qrace». Танцевальные комбинации, этюды и постановка танца «Pas de qrace». Рисунки танца «Змейка», «Спираль». Подготовка к открытому итоговому занятию.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Экзерсис у станка и на середине зала. Тренаж у станка лицом к палке, на середине зала. Танцевальные этюды. Композиция танца «Pas de qrace».

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ «ДЕТСКИЙ СТРЕТЧИНГ»

ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ДЕТСКИЙ СТРЕТЧИНГ»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

– ознакомить с основами специальной гимнастики;

РАЗВИВАЮЩИЕ:

– формировать и развивать пластическую культуру учащихся;

– укреплять физическое здоровье;

– подготовить учащихся для исполнения сложных упражнений и элементов, характерных для искусства хореографии;

– развивать специфические качества, необходимые для занятий гимнастикой: музыкальность, танцевальность, выразительность;

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

– формировать общую культуру личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе;

– воспитывать эстетический и художественный вкус;

– формировать этические нормы поведения, эмоциональную отзывчивость.

Режим занятий

Учебный предмет	**Количество учебных недель**	**Количество занятий в неделю**	**Количество занятий в год**	**Количество часов в неделю**	**Количество часов в год**
Детский стретчинг	36	1	36	1	36

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1. Школа танцев без станка.	12	2	10	Наблюдение, устный опрос, практический показ, анализ исполнения
2. Растяжки у опоры.	12	2	10	Наблюдение, практический показ, анализ исполнения
3. Основы гимнастики и акробатики.	12	2	10	Наблюдение, практический показ, открытое занятие
ИТОГО:	**36**	**6**	**30**	

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ШКОЛА ТАНЦЕВ БЕЗ СТАНКА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Введение. Цель и задачи предмета «Спецгимнастика – гимнастика специально для танца». Партерный комплекс – школа танцев без станка. Упражнения для головы и рук (на спине и животе), тазобедренных суставов - «лягушка» (сидя и лежа), голеностопов (повороты и tendu ступней) и Ахилла, мышц спины и живота, поясницы, развития выворотности, шага. Постановка спины. Упражнения для тренировки подъема в первую позицию (на спине и животе). Releve во вторую позицию en dehors (на спине и животе). Попороты ног и ступней по второй позиции en dehors en dedaus (на спине и животе). Удары (battements) одной ногой по другой, вытянутой на полу. Упражнения для развития гибкости. Упражнения на напряжение мышц и расслабление. Выполнение упражнений «Кошечки-собачки», «Лодочка», «Кольцо», «Велосипед».

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Позиции рук и ступней, положение рук. Партерный комплекс на полу (каждое упражнение по 16 раз).

РАЗДЕЛ 2. РАСТЯЖКИ У ОПОРЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Растяжки у опоры (станка, скамьи): port de bras назад и в стороны (лицом к станку). Круговые port de bras. Растяжки на палке на «шпагаты» на правую, левую ногу. Растяжки на «шпагаты» при помощи скамьи. Упражнения для корпуса, поясницы и port de bras.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Партерный комплекс. Растяжки у станка. Растяжки у скамьи. Растяжка ноги через pass в сторону (за пятку).

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ГИМНАСТИКИ И АКРОБАТИКИ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Шпагаты. Полушпагаты. Мостик (простой). Свеча (стойка на лопатках). Волна.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. Выполнение гимнастических и акробатических элементов.

ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Обучение по программе направлено на достижение комплекса следующих результатов:

Личностные:

- формирование самостоятельности и ответственности;
- формирование навыков добросовестного отношения к труду;
- формирование навыков культуры общения и поведения в социуме.

Метапредметные:

- развитие способности к сотрудничеству, совместной деятельности;
- развитие способности планировать и корректировать творческие задачи.

Предметные результаты:

Предмет	Год обучения	Учащиеся должны знать	Учащиеся должны уметь
Детский танец	1	Направления движения; простейшие рисунки танца (линии, круг, полукруг); элементарные сценические шаги; поклон; понятие о натянутости ног (колен, стоп).	Уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, участвовать в танцевальных играх, выполнять упражнения под музыку; владеть навыками ритмической ходьбы, хлопать и топать в такт музыки; в музыкально-подвижной игре представлять различные образы (зверей, птиц и т.д.). Выполнять простые упражнения на координацию ног, рук, корпуса, головы; простые прыжковые движения под музыку.
Детский стретчинг	1	Упражнения для тазобедренных суставов; голеностопа; рук и ног; головы; основные элементы гимнастики и акробатики.	Выполнять упражнения партерного комплекса; «растяжки» у опоры; акробатические и гимнастические элементы.

Подведение итогов выполнения программы складывается из двух составляющих: **внешней и внутренней деятельности коллектива**.

Конкурсы профессионального мастерства, **отчетные концерты** (I, II полугодия учебного года), **контрольные открытые занятия** (I, II полугодия учебного года) **являются формой контроля и диагностики** способностей и развития личности учащегося. Все принимают участие в концертной деятельности, но на разных уровнях, поэтому каждый найдёт возможность проявить себя. В рамках внутренней деятельности коллектива проводится мониторинг достижений учащихся, включающий в себя комплекс процедур, способствующих выявлению уровня готовности к тому или иному виду образовательной деятельности, а также систему замеров достигнутого уровня учащихся, проводимых с целью корректирования разницы между реальным и запланированным уровнем.

Мониторинг проводится педагогом на основе педагогического наблюдения, текущего контроля (постановка музыкально-танцевальных представлений, индивидуальная контрольная сдача учебного материала педагогу, проверочные задания) 3 раза в год: **входящая диагностика** (сентябрь), **промежуточная** (декабрь), **итоговая** (май) и фиксируется в диагностической карте (Приложение 1).

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

Для успешной работы по программе педагог должен разбираться в особенностях каждого возраста, умело, согласно возрастным особенностям, распределять физическую нагрузку, а при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы учитывать психологические особенности каждого возрастного периода.

Развитие двигательных функций ребенка - сложный процесс, который определяется, с одной стороны, поэтапным созреванием центральной нервной системы, а с другой - многообразными влияниями окружающей среды. Важную роль в этом процессе играет и генетическая программа развития. Современные нейропсихологии доказали, что для каждого этапа психического развития ребенка в первую очередь необходима готовность комплекса определенных мозговых образований к его обеспечению, но, с другой стороны, должна быть востребованность извне (от социального окружения), необходимость постоянного наращивания зрелости и силы того или иного психологического фактора. Если в окружении ребенка отсутствует эта востребованность, наблюдаются искажение и торможение психогенеза в разных вариантах, влекущие за собой вторичные функциональные нарушения на уровне мозга. Кроме того, доказано, что на ранних этапах онтогенеза социальная депривация приводит к дистрофии мозга на нейронном уровне. Это относится и к развитию двигательных функций ребенка. Следовательно, стимулировать двигательную активность ребенка надо с первых же дней его жизни, но делать это необходимо правильно: придерживаясь определенных законов развития движений, обусловленных развитием мозга.

Развитие и совершенствование движений начинается от головы, потом затрагивает верхние, а затем и нижние конечности. (Цефало-каузальный закон развития.) Координация двигательных навыков развивается по этому же принципу, поэтому контроль за положением головы формируется раньше, чем за положением ног. Развитие двигательных функций происходит от проксимального к дистальному направлению, т. е. движения частей тела, расположенных ближе к средней линии тела, совершенствуются раньше, чем движения более удаленных частей. (Проксимодистальный закон развития.) Например, контроль над положением и движением плеч устанавливается раньше, чем контроль над движениями пальцев рук. Эти принципы прямо влияют на методику работы с детьми по развитию (или коррекции) движений. Известно, что если у ребенка недостаточно развита крупная моторика, то и мелкая моторика в отдельности не может быть достаточно сформирована. Например, если во время рисования (или письма) у ребенка напряжена шея и «зажаты плечи», работа кисти рук и пальцев будет затруднена и, соответственно, пострадают результаты труда. Значит, прежде чем улучшать качество результата через тренировку мелкой моторики, необходимо «поработать» с крупной. «...Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объем информации, поступающий из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводит к нарушениям его регулирующей функции! (Ю. Эмановский).

Как показал многолетний опыт работы, дети, занимающиеся основами хореографии, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. Все это помогает ребятам быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности.

Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребенка. Нужно отметить, что дети, занимающиеся хореографией, гораздо реже болеют, чем их сверстники. И если к тому же занятия ведутся грамотно, педагогически продуманно и заинтересованно, то обязательно вызывают у ребят положительные эмоции. Педагог же,

конечно, должен контролировать двигательную нагрузку своих учащихся с учетом их индивидуальных особенностей, предупреждать случаи гипердинамии и перевозбужденности; активизировать тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Дети младшего дошкольного возраста (3 – 4 года) непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела, протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики, и все они носят, как правило, игровой характер. Задача педагога - воспитывать интерес, потребность в движение под музыку, побуждать детей выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки, развивать слуховое внимание, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально – игровым образом.

В возрасте 4 – 5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

Возрастные особенности детей 5 – 6 лет разрешают усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером. У детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми данного возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

У ребенка данного возраста созревают лобные доли мозга, благодаря чему ему удается управлять своими движениями, действием, поведением. Одновременно совершенствуются основные нервные процессы: возбуждение и особенно - торможение. Задания, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему. Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

С первых минут на занятиях по хореографии очень важно заинтересовать учащихся, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи. Заблуждаются те, кто полагает, что, собрав детей, можно сразу переходить к танцам. Сначала предстоит научить их красиво и осознанно двигаться под музыку, сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией возможно только при использовании открытых педагогикой **ПРИНЦИПОВ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ.**

ПРИНЦИП ДОСТУПНОСТИ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим - определение посильных для него заданий. Например, у дошкольников весь костно-связочный аппарат еще слаб и находится в стадии развития, и, если нагрузки превысят допустимые нормы, то это может неблагоприятно повлиять на состояние здоровья учащегося. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий занимающегося. Последовательность предполагает постановку перед ребенком и выполнение им все более трудных новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям, должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

ПРИНЦИП ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача педагога состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки ребенка.

Одним из основных условий доступности является **ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ.** Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

ПРИНЦИП СИСТЕМАТИЧНОСТИ - один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости. Учащийся должен знать, что каждое занятие обязательно, что пропускать можно только из-за болезни или если в семье какое-то непредвиденное событие. К сожалению, бывает так: сегодня малыш занимается, а завтра не хочет, недельку-другую пропустит и вновь приходит на занятия. Такая позиция совершенно недопустима. И дело даже не в том, что таким образом мы не добьемся больших результатов. Прежде всего, это вредно для самого учащегося. В процессе занятий у него должно выработаться понимание того, что любое дело нужно выполнять добросовестно и доводить до конца. Привычка бросать начатое на полдороги вообще свойственна детям. Некоторая рассредоточенность и склонность хвататься за новые занятия, не доводя до конца прежние дела, в дальнейшем обернутся несобранностью, которая будет мешать полноценной деятельности взрослого человека. Систематические занятия, в том числе и хореографией, дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ И АКТИВНОСТИ, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

ПРИНЦИП ПОВТОРЯЕМОСТИ МАТЕРИАЛА, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их

выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

ПРИНЦИП НАГЛЯДНОСТИ в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

При разучивании новых движений наглядность - это безукоризненный практический показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному. Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления. Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Для того чтобы в работе сопутствовала удача, нужно, разобравшись в возрастных особенностях детей, с первых же дней наметить содержание занятий, найти соответствующие запросам и возможностям детей методические приемы. Организация занятий основам хореографии обеспечивается рядом **МЕТОДИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ**, которые вызывают у детей желание творчества. Преподаватель для каждого упражнения, игры, танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально-двигательного задания.

НАГЛЯДНЫЙ МЕТОД включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образцам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой приём;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Ребята сразу видят художественное воплощение образа, что будит воображение. В некоторых случаях, особенно в начале работы, руководитель может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увлечь их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

СЛОВЕСНЫЙ МЕТОД состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- беседа;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения движения;
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации.

Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими (недопустимо, чтобы педагог был излишне многословен), точны, образны и конкретны. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация, и то, с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность ваших учащихся, но можно и убить их веру в себя. Для шести - семилетних ребят можно дать иногда только словесное задание, и они его воспримут, но слишком часто прибегать к такому методу нецелесообразно.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;

– использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
– выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);
– фиксация отдельных этапов хореографических движений;
– сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
– приём пространственной ориентации;
– развитие основных пластических линий;
– музыкальное сопровождение танца как методический приём;
– хореографическая импровизация;
– приём художественного перевоплощения.

ИМПРОВИЗАЦИОННЫЙ МЕТОД. На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью малышей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным ее воздействием. Не рекомендуется подсказывать детям вид движения и отмечать (на первом этапе) более успевающих, ибо это приводит к слепому копированию. Не надо мешать вашим подопечным свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, несвязанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание ребенка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

МЕТОД ИЛЛЮСТРАТИВНОЙ НАГЛЯДНОСТИ. Занятие по хореографии с учащимися вовсе не исчерпывается только задачами физической и музыкальной тренировки. Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказа о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами. Конечно, это не должно быть лишь пассивным созерцанием предложенного для просмотра материала. Необходимо выяснить, понятен ли он детям, понравился или нет и почему, а может быть, и помочь разобраться в увиденном.

ИГРОВОЙ МЕТОД. Крупнейший ученый-педагог, доктор медицины П.Ф. Лесгафт еще в конце XIX века разработал теорию и методику подвижных игр. Подвижная игра определяется им как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. У детей четырех-шести лет игровой рефлекс доминирует, малыш лучше всё воспринимает через игру, поэтому игровой метод в обучении так близок к ведущей деятельности дошкольника. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия, возрасту и подготовленности занимающихся. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: («Нужно прыгать, как зайчик»; «Побежим легко и тихо, как мышки»). Игра всегда вызывает у ребят веселое настроение. И интерес у них не снижается, даже если по ходу игры преподаватель вносит те или иные изменения, усложняя или облегчая задание. Именно в игре легче всего корректировать поведение учащихся. В одних случаях подбадривающее слово педагога вызовет положительные эмоции, в других - сдерживающее слово побуждает соотнести свое поведение с предъявляемыми требованиями.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ

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. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение.

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

ВИДЫ И ТИПЫ ЗАНЯТИЙ

Занятия по программе проводятся с применением различных структур:

I. Традиционное занятие;

II. Тематическое занятие;

III. Сюжетное занятие;

IV. Игровое занятие;

V. Занятие – импровизация.

Традиционные занятия делятся на: обучающие, закрепляющие, итоговые.

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

Закрепляющие занятия предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из обучающихся, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями.

На итоговых занятиях обучающиеся практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

Тематическое занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей. На занятии используются:

- ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;
- прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое подскакивание и др.
- общеразвивающие упражнения на различные группы мышц: упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;
- плясовые движения;
- танцевальные упражнения (шаг польки, приставной шаг, поскоки и др.);
- музыкально-ритмические композиции.

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских или зарубежных сказок. В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный обучающимся образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях).

Занятие состоит из основных трех частей. Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка». Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию. Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед обучающимися.

Игровое занятие содействует развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентированию в пространстве. Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная. В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки. Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия. В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

На **занятии - импровизации** обучающиеся танцуют придуманные ими вариации на тему, заданную педагогом. Такие задания развивают фантазию. Обучающиеся через пластику своего

тела пытаются показать, изобразить, передать свое видение образа. Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У обучающихся развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

ЭТАПЫ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ

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 обучающиеся 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. Показ упражнения происходит в зеркальном изображении. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую обучающийся 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 обучающихся 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, 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 обучающихся индивидуальный стиль. Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда обучающиеся 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.

Помимо основных разделов занятия на протяжении всего года ведется работа над импровизационной, творческой деятельностью. Обучающимся предлагается найти характерную пластику персонажа: - Баба-Яга - добрая волшебница - злая фея - снежинки - звездочки - механическая кукла. Предлагается освоить несколько композиционных построений: - три колонны - из колонны в два круга - звездочка - змейка - движение по диагонали - сужение и расширение круга - круг в кругу. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения.

Занятия проводятся в специально оборудованном помещении, оснащенным достаточным количеством оборудования и инвентаря для всестороннего художественного развития обучающихся, в соответствии особенностям каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, а также возможности общения и совместной деятельности обучающихся и педагога, двигательной активности.

Материально-техническое оснащение: светлый, просторный кабинет, раздевалка для учащихся, спортивный инвентарь (спортивные маты, кубики, резинки, коврики, скакалки, мячи, зеркальная стена, станок балетный, музыкальный центр, ноутбук, фортепиано,

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
НОРМАТИВНАЯ БАЗА:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
5. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196»
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. – М.: Айрис Пресс,2000. – 120 с.
2. Боброва, Т. Искусство грации [Текст] / Т. Боброва. – Л.: Детская литература, 1986. –89 с.
3. Бондаренко, Л. Ритмика и танец / Л. Бондаренко. - Киев, 1972.
4. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) [Текст]/А.И.Буренина. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000.
5. Васильева, Т. Н. Секрет танца [Текст] / Т. Н. Васильева. СПб: Диамант, 1997. – 56с.
6. Ветлугина, Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду / Н.А. Ветлугина. - М., 1981.
7. Воронина, Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения»[Текст] / Н.В.Воронин, М.А.Михайлова - Ярославль «Академия холдинг» 2001 г.
8. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - М.-Л., 1930.
9. Годин, М.А. Подвижность, гибкость, элегантность [Текст] / М.А. Годин, А.М. Брамидзе, А.М. Киселева. - М.: Советский спорт, 1994. – 113 с.

10. Ерохина, О.В. Школа танцев для детей / О.В. Ерохина. - Ростов-на-Дону, 2003. Слуцкая, С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду / С.Л. Слуцкая. - М., 2006.
11. Зимина, А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет / А.Н. Зимина. - М., 1998.
12. Ильина, Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей / Г.А. Ильина. - Киев, 1961.
13. Комарова, Т.С. Условия и методика развития детского творчества / Т.С. Комарова. - М., 1994.
14. Комарова, Т.С. Дети в мире творчества / Т.С. Комарова. - М., 1995.
15. Конорова, Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / Е.В. Конорова. - М., 1963.
16. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. - М., 1988.
17. Пасютинская, В.М. Путешествие в мир танца [Электронный ресурс] / В.М.Пасютинская. – Электронные текстовые данные. - Санкт-Петербург: Алетейя, 2011. - 416 с.
18. Программа воспитания и обучения в детском саду [Электронный ресурс] / под ред. В.В. Гербова, Т.С. Комарова. - 6-е изд., испр. и доп. - Электронные текстовые данные. - Москва: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 209 с.
19. Роберт Те. Пять минут растяжки ежедневно [Текст] / Роберт Те. - Минск: Попурри, 1999. – 111 с.
20. Рындина, О.А. Хореография как средство эстетического воспитания и развития детей [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / О.А. Рындина. – Электронные текстовые данные. - Москва : Редакционно-издетальский центр, 2012. - 73 с.
21. Слуцкая, С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.[Текст] /С.Л.Слуцкая – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2006.
22. Успех: примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/ [Науч.рук. Д.И. Фельдштейн, А.Г. Асмолов; рук.авт. колл. Н.В. Федина]. - М.: Просвещение, 2010.
23. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Электронный ресурс]: утв. приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г., № 1155 г. //Российская газета.
24. Федорова, Г. П. Танцы для детей [Текст] / Г. П. Федорова. – СПб: Детство-пресс, 2000.-34с.
25. Шарова, Н.И. Детский танец [Текст] / Н.И. Шарова. - Санкт-Петербург; Москва; Краснодар: Лань: Планета музыки, 2011. - 63 с.: ил. + DVD.
26. Яновская, В. Ритмика / В. Яновская. - М., 1978.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

1. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. - М.-Л., 1930.
2. Зимина, А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет / А.Н. Зимина. - М., 1998.
3. Комарова, Т.С. Дети в мире творчества / Т.С. Комарова. - М., 1995.
4. Конорова, Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / Е.В. Конорова. - М., 1963.
5. Ерохина, О.В. Школа танцев для детей / О.В. Ерохина. - Ростов-на-Дону, 2003.

ГЛОССАРИЙ

Внимание – сосредоточение мыслей или зрения, слуха на чем-либо.

Двигательный такт – непрерывное движение, выполняемое на 2-4 счета.

Движение – перемещение тела, предмета в пространстве в каком-либо направлении.

Импровизация – создание, сочинение танца в момент исполнения, без предварительной подготовки.

Корпус – туловище человека.

Осанка – привычная поза, непринужденно стоящего человека, способность без напряжения держать прямо туловище и голову.

Пластика – художественная выразительность объемной формы, достигаемая за счет эмоциональности, образной убедительности, внутренней смысловой наполненности скульптурной формы.

Поворот – изменение положения, направления движения чего-либо путем вращения.

Прыжок – отталкивание при перемещении от какой-либо точки.

Равновесие – вертикальное положение тела человека.

Ритм – это соотношение между частями движения, различающимися по быстроте, продолжительности и мышечному напряжению.

Ритмическая гимнастика **-** отдельные элементы современной пластики.

Такт – группа звуков с определенным повторением сильных и слабых долей. Число, обозначающее размер такта указывается в начале произведения.

Танец – вид искусства, в котором художественный образ создается средствами пластического движения и ритмической смены выразительных положений человеческого тела.

Тренаж – основа определения и контроля зажимов и тонуса мышц.

Приложение 1

Диагностическая карта результативности освоения образовательной программы _____

Наименование творческого объединения _____ за _____ учебный год

ФИО педагога _____ Подпись _____

Группа ____

№	ФИО обучающегося	Знания и мастерство						Личностное и социальное развитие					
	Формирование знаний, умений, навыков по разделам образовательной программы (предметные результаты)	Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)			Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)			Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)			Формирование ключевых компетенций		
		входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													

				Знания и мастерство		Личностное и социальное развитие	
Показатели	Уровень	Баллы	Освоение разделов программы	Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)	Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)	Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)	Формирование ключевых компетенций
Критерии оценивания	недостаточный (низкий)	0	менее 1/3 программного материала	Знание (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	Ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Знание элементарных норм, правил, принципов
	достаточный (средний)	1	1/3 - 1/2 программного материала	Понимание (понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии)	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе "извне" (педагог, родители)
	оптимальный	2	Более 1/2 - 2/3	Применение, перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	Выполнение при поддержке, разовой помощи, консультации кого-либо	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)
	высокий	3	2/3 - практически полностью	Овладение, самостоятельный перенос и другие предметы и виды деятельности (осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний, умений и навыков с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике)	Самостоятельное построение, выполнение действий, операций.	Выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Поведение, построенное на убеждении; осознание значения смысла и цели.

Учебно-методический комплект дополнительной общеразвивающей программе «Кувырок»
Учебный предмет «Детский стретчинг»

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	*ШКОЛА ТАНЦЕВ БЕЗ СТАНКА.*	Партерный комплекс – школа танцев без станка. Упражнения для головы и рук (на спине и животе), тазобедренных суставов - «лягушка» (сидя и лежа), голеностопов (повороты и tendu ступней) и Ахилла, мышц спины и живота, поясницы, развития выворотности, шага.	Правила техники безопасности в ЦЭВДиМ. Правила техники безопасности во время занятий хореографией. Константинова И.В. Игротренинг. Методическое пособие по развитию творческих способностей и психической пластики у детей дошкольного и школьного возраста. СПб 1996. - 34с.	
2.	*РАСТЯЖКИ У ОПОРЫ.*	Растяжки у опоры (станка, скамьи): port de bras назад и в стороны (лицом к станку). Круговые port de bras. Растяжки на палке на «шпагаты» на правую, левую ногу. Растяжки на «шпагаты» при помощи скамьи. Упражнения для корпуса, поясницы и port de bras.	Ивлева, Л.Д. Анатомия и биомеханика в хореографии/ Л.Д. Ивлева. - Челябинск, 2017. Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе/ М.В. Левин. - М., 2001.	
3.	*ОСНОВЫ ГИМНАСТИКИ И АКРОБАТИКИ.*	Шпагаты. Полушпагаты. Мостик (простой). Свеча (стойка на лопатках). Волна.	Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль - 2000г. Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. Оздоровительная гимнастика. Теория и методика. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. – 384 с. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на - Дону «Феникс» 2003г.	

Учебный предмет «Детский танец»

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	Элементы музыкальной грамоты. Ритмика	Музыкальные темпы (медленно, умеренно, быстро).Пауза. Контрастная музыка. Динамические оттенки в музыке и движении.	Правила техники безопасности в ЦЭВДиМ. Правила техники безопасности во время занятий хореографией. Затямина, Т.А., Стрепетова, Л.В. Музыкальная ритмика/Т.А. Затямина, Л.В. Стрепетова. - М., 2008. Шершнев, В.Г., От ритмики к танцу/В.Г. Шершнёв. - М., 2009.	Вебинар «Ритмика: работа с младшими дошкольниками», Анна Уфимцева, ссылка: https://www.voutube.com/watch?v=uJvmtoi(a0
2.	Танцевальные азы.	Упражнения на растяжку мышц. Упражнения на дыхание. Упражнения на ориентирование в пространстве. Упражнения на середине зала в продвижении.	Дидактический комплект «Физический тренинг в картинках».	
3.	Хореографические этюды и постановки.	Понятия «круг», «линия», «колонна». Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием. Упражнения в пространстве, повороты вправо и влево. Прыжки на двух ногах по VI позиции.	500 замечательных детских игр./Сост. А.Б. Бочарова, Т.М. Горева - М.: ООО «Фирма» изд – во АСТ, 1999. -384с. – (Популярная библиотека для родителей и педагогов).	Вебинар: «Постановочная работа в детском коллективе», Ульяна Костина, ссылка: httDs://www.voutube.com/watch?v=lo6fkSvM2ms