

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ**  
**Филиал №3 «Весёлые ребята» Муниципального бюджетного**  
**дошкольного образовательного учреждения детского сада №71**  
**«Северное сияние»**  
**г. Пензы**

**«ПРИНЯТА»**  
Педагогическим советом  
Филиала № 3 «Весёлые ребята»  
МБДОУ №71 г. Пензы «Северное сияние»  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Заведующая  
МБДОУ детского сада №71  
г. Пензы «Северное сияние»  
С.С.Юдина  
Приказ № 364/ОП от « 30 » августа  
2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
**«Пластика и грация»**

Возраст учащихся: 6-7 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Жигулина Ольга Владимировна  
педагог дополнительного образования

г. Пенза, 2024 г

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка. ....	3
2. Цель и задачи .....	5
3 Содержание программы .....	6
4 Планируемые результаты .....	14
5 Календарный учебный график.....	14
6 Условия реализации программы .....	14
7 Формы аттестации .....	16
8. Оценочные материалы .....	
9. Методические материалы.....	16
10. Список литературы.....	17

## Пояснительная записка.

Танец – удивительный вид искусства, который преобразует человека духовно и физически. Обучение танцевальным движениям - это одно из самых органичных и любимых занятий малышей, ведь еще не начав говорить, ребенок чувствует ритм, эмоционально откликается на звучание веселой мелодии. Научить ребёнка согласовывать свои движения с музыкой, выражать игровой образ, передавать в движениях темп и динамику мелодии – важная задача педагога на первых порах работы с ребенком. Танцевальные движения способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. В ходе занятий танцами развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пластика и грация» по содержанию является художественной, по уровню освоения – ознакомительной, по форме организации - очной, групповой, по степени авторства – модифицированной.

Модифицированная программа «Пластика и грация» апробирована и реализуется в течение 1 года на базе объединения Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 71 г. Пензы «Северное сияние» и его филиалов 1,2,3.

Программа разработана в соответствии с действующими **нормативно - правовыми документами:**

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации.

- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);

- Устав МБДОУ детский сад № 71 «Северное сияние» г. Пензы;

- «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБДОУ детский сад № 71 «Северное сияние» г. Пенза ».

**Актуальность** программы обусловлена тем, что в настоящее время происходит бурное развитие технических систем - это приводит к недостатку двигательной активности детей и отражается на состоянии его здоровья. танец – удивительный вид искусства, который преобразует человека духовно и физически, ведь когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, тогда только мы можем наблюдать целостное развитие личности ребенка. Обучение танцевальным движениям - это одно из самых органичных и любимых занятий малышей, ведь еще не начав говорить, ребенок чувствует ритм, эмоционально откликается на звучание веселой мелодии. Научить передавать в движениях темп и динамику мелодии – важная задача педагога на первых порах работы с ребенком. Данная программа направлена не только на изучение хореографических композиций, но и на интеграцию народного, классического и современного танцев через танцевально-игровую деятельность, помогая детям раскрепостить внутренние силы, давая выход спонтанному чувству танцевального движения, развивая способность к импровизации.

К числу наиболее актуальных проблем относится умение ребёнка согласовывать свои движения с музыкой, выражать игровой образ. Танцевальные движения способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. В ходе занятий развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется тем, что в основу программы положена идея гармоничного развития личности ребенка посредством хореографии, что позволяет развить творческую личность, стремящуюся к самосовершенствованию, к развитию способности успешного жизненного самоопределения и освоению духовных и культурных ценностей.

**Возраст детей**, на которых рассчитана данная образовательная программа: от 6 до 7 лет.

### **Сроки реализации**

Программа рассчитана на один год обучения. Количество часов в учебном году составляет 72 часа.

### **Особенности организации образовательного процесса**

**Форма реализации программы:** дополнительная платная услуга.

**Основной метод обучения** – игра. Форма занятий – групповая

Дети принимаются по заявлению от родителей. Наполняемость группы 5-25 обучающихся.

Продолжительность занятий 1 академический час - 30 минут 2 раза в неделю согласно нормам СанПиН во второй половине дня.

### **Принципы обучения.**

1. Принцип соответствия формы организации занятий ведущему виду деятельности дошкольника – игре.

2. Принцип комплексности – уделяется внимание решению таких задач, как организация деятельности, общее (интеллектуальное) развитие, зрительно-пространственное восприятие, слух, внимание, память, мышление. Развитие осанки, чувства ритма, координации движений; творческое воображение, произвольность исполнения, эмоциональность.

3. Принцип психологической и физической адаптации детей к участию в жизни хореографического коллектива;

4. Принцип развития коммуникативных навыков, навыков здоровьесбережения, дисциплины.

5. Принцип последовательности – по мере овладения танцевальными навыками содержание занятий расширяется и углубляется.

## 5. Учет индивидуальных особенностей и возможностей детей.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по развитию танцевальных движений детей старшего дошкольного возраста «Пластика и грация» (далее программа) имеет художественную направленность. Настоящая программа раскрывает содержание занятий по развитию танцевальных движений с детьми старшего дошкольного возраста (6-7 лет) и является начальным этапом в целостном обучении детей хореографическому искусству.**

На обучение по данной программе допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования не имеющие медицинских противопоказаний.

**Цель программы:** воспитание у детей любви к танцу, удовлетворение физиологической потребности детей к движению, общению со сверстниками, развитие социально-компетентной личности, способной к реализации творческого потенциала в области хореографической культуры

**Задачи:**

***Воспитательные:***

- Прививать навыки культурного поведения в обществе
- Воспитывать морально-волевые качества, эстетический вкус.
- Мотивировать стремление детей к здоровому образу жизни

***Развивающие***

- Развивать музыкальный слух, чувство ритма, координацию движений, произвольность исполнения, эмоциональность.
- Формировать правильную осанку, постановку корпуса, навык держать свое тело в статике и динамике.
- развивать творческую активность ребенка, а также его образное мышление.
- укреплять и развивать костно-мышечный аппарат, двигательные функции.
- развивать пластичность, свободу движений, умение контролировать смену ощущений в процессе напряжения и расслабления мышц.

***Обучающие:***

- Научить детей слушать и слышать музыку (характер, темп, образы);
- Научить детей выразительно двигаться под музыку.
- научить ориентироваться в пространстве.
- Научить детей использовать полученные навыки в самостоятельных творческих заданиях.

## Содержание программы

## Учебный план

Наименование дисциплины: развитие технического творчества				
№	Название раздела	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Общая физическая подготовка	24	1	23
3.	Ритмические игры	23	1	22
4.	Музыкально-танцевальные движения: 1. Элементы музыкальной грамоты 2. Танцевальные движения 3. Танцевальные этюды и танцы	24	1	23
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>4</b>	<b>68</b>
Формы аттестации (контроля) - открытое занятие для родителей (в конце обучения по программе).		1	-	1

### Раздел «Общая физическая подготовка»

В данный раздел программы введены упражнения, активно развивающие физические данные детей. Это разминка, подготавливающая мышцы ребенка к нагрузкам, и комплекс партерной гимнастики. Упражнения для развития гибкости, силы, координации; упражнения со снарядами (скакалками, мячами, обручами, гимнастическими палками и др.); предметами (погремушками, ленточками и др.). Упражнения на месте и в движении; прыжки, прыжковые упражнения. Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц. Выработывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

### Раздел «Ритмические игры»

В основе раздела – ритмические игры и упражнения, построенные на простых движениях, которые принимают игровую форму и развивают у детей навык согласовать свои движения с музыкой, помогают им освоиться в новой для них обстановке.

### Раздел «Музыкально-танцевальные движения»

Цель раздела - развитие первоначальных танцевальных навыков. Раздел включает танцевальные ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

## **Содержание разделов программы**

### **1. Вводное занятие**

Знакомство с учащимися. Беседа о правилах поведения на занятии, о технике безопасности и требованиях к внешнему виду учащегося. Введение в программу.

### **2. Общая физическая подготовка**

**Теория.** Роль физических упражнений для здоровья.

**Практика.** Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.

Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы

Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”.

Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.

Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.

Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

Упражнения для подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

Упражнения на улучшения гибкости коленных суставов. «Горка». Прогиб назад, стоя на коленях (маленький «мостик»). «Мостик» из положения «лежа» и др.

**Контроль.** Зачетное занятие.

### **3. Ритмические игры**

**Теория.** Понятие: ритм.

**Практика.** Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах; Удары стопой по 6-й и 3-й позициям.

Игры «День и ночь». «Узнай животное». «Буги-вуги». «Лошадки» и др.

**Контроль.** Игра «Зеркало»

### **4. Музыкально- танцевальные движения**

#### **Тема 1. «Элементы музыкальной грамоты»**

**Теория.** Характер музыкального произведения (веселый, спокойный, энергичный, торжественный), его темп (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро), динамические оттенки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Понятия легато (связанно) – стаккато (отрывисто) в музыке и движении. Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, часть, музыкальная фраза.

**Практика.** Слушание музыки, определение ее характера. Выполнение движений в соответствии с разнообразными оттенками характера музыкальных произведений. Выполнение движений в разных темпах. Выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки.

**Контроль.** Игра «Повтори».

#### **Тема 2. «Танцевальные движения»**

**Теория.** Понятия: музыкальность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца.

**Практика.** Поклон- реверанс, сценический шаг, шаг на полупальцах.

легкий бег;

Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя;

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной);

Разучивание элементов народного танца.

Шаг польки;

Прыжки по 6 позиции, и поочередным выбрасыванием ног вперед;

Перевод рук из подготовительного положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно. Раскрывание рук из положения “на поясе” в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию. Движения кистями рук у плеча.

Махи локтями вверх - вниз (кисть у плеча). Приседание с поворотом корпуса из стороны в сторону, руки согнуты в локтях.

Работа над натянутостью стопы - натягивание и сокращение стопы. Releve lent обеими ногами лежа на спине. Упражнения «Кошка - собака». «Жуки». «Лягушка». «Собака виляет хвостиком». «Аленушка». Группировка. «Складочка». «Полукольцо». «Колечко» и др.

**Контроль.** Открытое занятие.

### **Тема 3. «Танцевальные этюды и танцы»**

**Теория.** Беседа о танцевальной культуре.

**Практика.** 1. Танцевальные этюды и танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме.

2. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различие правой, левой, ноги, руки, плеча;
- повороты вправо и влево;
- построение в колонну по одному, по два в пары;
- перестроение из колонны в шеренгу и обратно;
- круг, сужение и расширение круга;
- “воротца”, “змейка”, “спираль”;
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

**Контроль.** Концерт- Дебют.

**Тематический план  
6-7 лет**

<b>Этапы обучения</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>
сентябрь	Марш на высоких полупальцах.	1
	Марш на каблуках с натянутыми коленями.	1
	Ритмические движения «Музыканты»	1
	Игровое занятие «Паровозик с клоунами»	1
	Ритмические движения «Качание куклы», «Пружинки»	1
октябрь	Ритмические движения «Ветер и ветерок»	1
	Ритмические движения «Обезьянки»	1
	Ритмические движения «Повтори за мной»	1
	Упражнение «Обезьянки»	1
	Упражнение «Слушай бубен»	1
	Ритмическая игра «Делай как я»	1
	Упражнение «Противоположные движения»	1
	Упражнения на образы «Кенгуру»	1
	Упражнения на образы «Медвежонок»	1
	ноябрь	Ритмические движения
Упражнения на полу		1
Ритмические движения		1
Упражнения на образы «Музыканты»		1
Ритмические движения «Веселые ножки»		1
Основы музыкальной грамоты: музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4.		1
Спортивный праздник «Я здоровье берегу»		1

	Упражнения для развития чувства ритма.	1
	Восприятие сильной и слабой доли на слух, отмечая это движение.	1
декабрь	Ритмические упражнения с музыкальным заданием.	1
	Построение в колонну по одному и по два.	1
	Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга.	1
	Свободное размещение в зале, построение «цепочкой»	1
	Построение «воротца». Построение из одного круга в два.	1
	Движения круга в разных направлениях. Движение колонны по диагонали с переходом в центре через одного.	1
	Ходьба со сменой направления. Игра «Пожалуйста»	1
	Общеразвивающие упражнения для шеи	1
январь	Общеразвивающие упражнения для рук: «зеркало», «птица», «волна».	1
	Общеразвивающие упражнения для растяжки: «марионетка», «йога».	1
	Общеразвивающие упражнения для ног. Разминка для голеностопных суставов и стоп.	1
	Упражнения на повторение: «дерево», «цветок». Игра «Зеркало».	1
	Общеразвивающие упражнения для плечевого пояса	1
февраль	Общеразвивающие упражнения для туловища.	1
	Упражнения для контроля и формирование осанки	1
	Упражнения для контроля и формирование осанки	1
	Упражнения для контроля и формирование осанки	1
	Общеразвивающие упражнения для ног. Развитие выворотности.	1

	Разучивание развивающего танцевального этюда «Дружба»	1
	Разучивание развивающего танцевального этюда «Дружба»	1
	Рассказ о русском танце. Поклон.	1
март	Элементы народно-сценического танца. Позиции ног.	1
	Элементы народно-сценического танца. Позиции рук	1
	Элементы народно-сценического танца «елочка»	1
	Элементы народно-сценического танца «гармошка»	1
	Элементы народно-сценического танца. Игры с пением «Зайнька»,	1
	Элементы народно-сценического танца полуприседания.	1
	«Я здоровье берегу - быть здоровым я хочу» игра.	1
	Хореографический фестиваль «От пяти до семи»	1
апрель	Элементы народно-сценического танца. Прыжки на двух ногах.	1
	Элементы народно-сценического танца. Притопы.	1
	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Блины»	1
	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Блины»	1
	Отработка движений к развивающему танцевальному этюду «Блины»	1
	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Где был Иванушка?»	1
	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Где был Иванушка?»	1
	Отработка движений к развивающему танцевальному этюду «Где был Иванушка?»	1

	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Коротышки»	1
май	Разучивание движений к развивающему танцевальному этюду «Коротышки»	1
	Отработка движений к развивающему танцевальному этюду «Коротышки»	1
	Повторение развивающих этюдов: «Блины», «Где был Иванушка?», «Коротышки».	1
	Повторение пройденного материала	1
	Подготовка к открытому занятию	1
	Открытое занятие перед родителями.	1
	Рефлексия итогового периода	1
	День защиты детей игровая программа.	1

**Итого часов за год - 72 (1 академический час по 30 минут 2 раза в неделю)**

### **Планируемые результаты**

Дети к концу учебного года будут ритмично двигаться под музыку, выполнять самостоятельно танцевальные комбинации.

Обучающиеся будут знать:

- требования о правилах поведения на занятиях;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- уметь воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- уметь передать характер музыкального произведения в движении;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки;
- естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- выполнять действия с предметами (колокольчики, мячик, гимнастические предметы).

### Календарный учебный график

№ п/п	Наименование дисциплины	Время проведения занятия	Форма	Кол-во Учебных часов (академ.)	Место проведения
1	Развитие танцевальных движений	Понедельник, Среда 17:05-17:35	Групповая	72	Музыкальный зал
<b>Объем нагрузки (во вторую половину дня):</b>					
Максимальный объем нагрузки на одном занятии					30 минут
Максимальный объем нагрузки в неделю					60 минут
Максимальный объем нагрузки в месяц					240 минут

### Условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Пластика и грация» может быть эффективно реализована при взаимодействии следующих факторов.

#### *Материально – техническое обеспечение:*

- музыкальный зал:
- ленты цветные короткие на кольцах ;
- ложки деревянные;
- цветы красные на лентах;
- ленты цветные на палочках 30 шт;
- ложки деревянные 34 шт ;
- колокольчики на палочке 10 шт;
- погремушки 23 шт
- цветы искусственные 18 шт
- бубны 5шт;
- рубашки русские 5 шт
- сарафаны желтые и оранжевые 8шт
- юбки для девочек «Диско»;
- костюм для мальчика «Диско»;
- костюмы «Радуга» 7 шт
- комбинезоны голубые 10 шт
- юбки красные 16 шт
- фартуки «рябинки» 16 шт

- юбки голубые «капельки» 10 шт
- футболки с аппликацией «капельки»
- юбки синие «капельки» 6 шт
- жилетки для мальчиков синие 4шт
- листочки осенние на палочках 50 шт
- веточки осенние 60 шт.
- цветы большие из гофрированной бумаги 12 шт.
- платья «метелицы» с атрибутами (ленты на кольцах, повязки на голову) 6шт
- шляпы «мухоморчики» 20шт
- шляпы круглые «боровики» 6 шт
- пелеринки «лучики» 7 шт
- пелеринки разноцветные 14шт
- зонтики детские 4 шт

#### ***Спортивный инвентарь:***

- ковровое покрытие;
- скакалки;
- палки гимнастические ;
- мячи.
- обручи
- «султанчики»

#### ***Музыкально-технические средства:***

- музыкальный центр – 1шт.
- фортепиано – 1 шт.
- ноутбук – 1 шт.

#### ***Форма для занятий:***

- у девочек: темная юбка или лосины, футболка или блузка, чешки;
- у мальчиков: рубашка или футболка, темные брюки, чешки.
- специально для ОФП: спортивная форма или футболка и шорты, чешки.

#### ***Информационное обеспечение:***

- фонотека детских песен, классических и современных музыкальных композиций.
- интернет источники.

#### ***Кадровое обеспечение:***

Педагог дополнительного образования

### **Формы аттестации**

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах: участие в праздниках, фестивалях, концертах, утренниках.

Промежуточная аттестация проводится по итогам учебного года. Форма проведения промежуточной аттестации: открытое занятие (отчётный концерт) для родителей.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации – итоговое занятие.

## **Оценочные материалы**

**Методика выявления уровня развития чувства ритма (разработана на основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной).**

**Цель:** выявление уровня развития чувства ритма. **Проведение:** наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

**Критерии уровня развития чувства ритма:**

### **1. Движение.**

1) передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

### **2. Воспроизведение ритма.**

1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение: высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни; средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками; низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте: высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок

мелодии; средний – воспроизводит ритм песни с ошибками; низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритма песни шагами: высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу; средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте; низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

4) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»): высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок; средний – допускает 2-3 ошибки; низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

### **3. Творчество.**

1) сочинение ритмических рисунков: высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки; средний – использует стандартные ритмические рисунки; низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное: высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны; средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки; низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

### **Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка**

- Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

#### **Упражнение 1.**

Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот. **Упражнение 2.**

Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

#### **Упражнение 3.**

Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений. 2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа. 1 балл - неверное выполнение движений. - Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

### **Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству.**

Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

**Упражнение «Отодвинь кубик дальше»** (проверка гибкости тела вперед). Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше – низкий уровень (1 балл). 4-7см – средний уровень (2 балла) 8-11см – высокий уровень (3 балла).

**Упражнение «Кольцо»** (проверка гибкости тела назад). Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки. 3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад. 2 балл – средняя подвижность позвоночника. 1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения. - 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).

**Упражнение «Кто из лесу вышел?»** После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

**Упражнение «Заведи мотор».** Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

**Упражнение «Страусы».** Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

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

**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 не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**Развитие чувства ритма.** Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания. Упражнения с ладошками. Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки. Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).

2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

*1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. 2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком. 3 балла – точно передает ритмический рисунок.*

### **Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.**

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

### **Методические материалы**

**Отличительные особенности** данной программы от уже существующих программ в этой области заключается в том, что, учитывая то, что основной формой деятельности является игра, весь материал программы преподносится через образ, характер, развлечение, позволяет детям освоить азы культуры движения. Материал программы доступен, интересен и понятен. И **является** начальным этапом для более сложных хореографических дисциплин. Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглажены.

Практические занятия по программе связаны с использованием в первую очередь принципа наглядности. Программа ориентирована на применение широкого комплекса игровых технологий. В структуру программы входят 4 раздела: вводное занятие, ОФП, ритмические игры, музыкально-танцевальные движения.

**Организация образовательного процесса** – очная.

**Основными формами работы** с детьми являются *групповые занятия*.

**Методы обучения** – наглядный, практический, словесный, игровой.

**Алгоритм учебного занятия:** занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона. Вводную часть составляют упражнения и движения динамичного характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Основная часть включает в себя разучивание танцевальных элементов, музыкально-ритмических игр.

Заключительная часть – упражнения на восстановление дыхания.

## Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 г.
1. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001 г.
2. Боген, М.М. Физическое совершенствование как основное понятие теории физической культуры / М.М. Боген // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №5.
3. Бочкарева Н.И. Методика преподавания русского танца. – Кемерово 2003
4. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография. – Кемерово 2000.
5. Буренина А.И. Ритмическая пластика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб., 1997.
6. Детский фитнес. М., 2006.
7. Дошкольник. Психология здоровья. Дыхательные упражнения. [<http://adalin.mospsy.ru>]
8. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
9. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
10. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
11. Методологические и организационные подходы к формированию здоровьесберегающей среды в системе дошкольного образования: Метод. пособие – Кемерово: кузбассвузиздат, 2002.
12. Партерный экзерсис. [<http://balet.ru>]
13. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008)
14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.
15. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

