

Муниципальное образование – городской округ город Рязань Рязанской области
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 80»

Адрес: 390035, г.Рязань, ул.Островского, д.44, кор.2

Телефон: 92-93-63,
Тел./факс: 96-08-13

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 80»
_____ Т.В. Храпова

« ____ » _____ 20 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования
социально-педагогической направленности

«АБВГ Дейка»

МБДОУ «Детский сад № 80»

Срок реализации программы: 2021 – 2022 уч. год

Принята на заседании педагогического совета
Протокол №
« ____ » _____ 20 г.

Рязань, 2021 г.

Основные нормативные документы, используемые при разработке программы:

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы;
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014)
- ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ СТАНДАРТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г),
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 (зарегистрированного в Минюсте России 29 мая 2013 г. N 28564 с изм. от 04.04.2014)
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Устав дошкольного образовательного учреждения.

1. Пояснительная записка

В эстетическом воспитании подрастающего поколения важная роль отводится искусству. Танец – это музыкально-пластическое искусство, синтез музыки и движения. Он естественен и присущ детям так же, как само дыхание.

Ритмика – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки и ее характер, а также образы передаются в движениях.

Именно музыкально-ритмические и танцевальные движения дают возможность обучать детей свободно управлять своим телом через работу всех мышц. Постепенно через умение управлять своими мышцами начинает вырабатываться навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребенка. Через музыку и движение у ребенка развивается не только художественный вкус и творческое воображение, но и любовь к жизни, человеку, природе, формируется внутренний духовный мир. Музыкально-ритмическая деятельность не только удовлетворяет потребность детей в движениях, в увлекательных игровых действиях, но и развивает эмоциональное восприятие музыки. Музыкальные движения – это наиболее продуктивный вид музыкальной деятельности с точки зрения формирования у дошкольников музыкального творчества и творческих качеств личности.

Вместе с тем, ритмические упражнения служат и задачам физического воспитания. Повышается жизненный тонус, поднимается настроение, так как дети испытывают постоянную потребность в движении. Через движение они эмоциональней и глубже воспринимают музыку.

Основная **направленность программы** – художественно-эстетическая: психологическое раскрепощение ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

Программа помогает при помощи музыкально-ритмических упражнений развивать музыкальный слух, память, внимание, выразительность движения, творческое воображение.

Актуальность

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

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

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

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

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

Цель Программы

Развитие музыкально-ритмических и артистических способностей у детей дошкольного возраста.

Задачи Программы

Образовательные:

- формировать у детей умение выразить собственное восприятие музыки через танцевальные образы;
- расширять музыкальный кругозор;

- формировать умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;

- расширять словарный запас.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений;

- развивать умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

- укреплять опорно-двигательный аппарат.

Воспитательные:

- воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;

- воспитывать умение работать в паре, коллективе;

Способствовать психологическому раскрепощению ребенка.

Принципы и подходы в организации дополнительного образования

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

Принципы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

2. Планируемые результаты освоения программы

Предполагаемые результаты: Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топтать в такт музыки. Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

Результаты работы кружка «Лучики» будут отражены в диагностической карте по итогам диагностики (первичной, итоговой)

3. Организация дополнительного образовательного процесса

Программа рассчитана на **период обучения** с 1 февраля 2018 года по 31 мая 2018г. и реализуется на базе МБДОУ «Детский сад №80» г. Рязани.

Периодичность занятий: 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц.

Продолжительность занятий: 1 академический час.

Форма проведения занятий: подгрупповая (10-12 человек).

В содержании занятий включены следующие виды работы:

- Организованный вход в зал (марш, различные виды шагов и бега).
- Поклон.
- Разминочные упражнения.
- Элементы партерной гимнастики. Развивающая гимнастика (в форме игры или сказки).
- Танцевальная часть урока.
- Упражнения на развитие навыков актерского мастерства. Игры и игровые элементы.
- Поклон. Организованный выход из зала.

Методические приемы реализации дополнительной общеобразовательной программы

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

Методы обучения – это способы совместной деятельности педагога и воспитанников, при помощи которых наилучшим образом усваивается учащимися музыкально-ритмический материал, прививаются навыки, формируется и развивается эстетический вкус и музыкально-двигательные способности.

Методические приемы:

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе

определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод танцевального показа – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. С-П., 2000.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Просвещение, 1981.
3. Виноградов Л. Развитие музыкальных способностей у дошкольников. С-Пб, 2009.
4. Голейзовский К. Образы русской хореографии. М., 1964.
5. Ермолаева Томина Л.Б. Психология художественного творчества. М., 2005
6. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду. М., 20
7. Климов А. Основы русского народного танцев. М., 1981.
8. Комисарова Л. Наглядные средства в музыкальном воспитании дошкольников. М., 1986
9. Конова Н. Музыкально-дидактические игры для дошкольников. М., 1982
10. Раевская Е. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. М., 1999
11. Роот З. Танцы и песни для детского сад. – М.: Просвещение, 2008
12. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. М., 2006.
13. Стуколкина Н. Четыре экзерсиза. М., 1972.
14. Тарасов Н.Н. Классический танец. М, 1981
15. Усова О. Театр танца. Шадринск, 1999
16. Художественное творчество ребенка/Под.ред.Н.А.Ветлугиной. – М., 1972
17. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Перспективное планирование работы кружка «Лучики»

| Месяц | Неделя | Тема недели | Название занятия | Программное содержание |
|---------|--------|---|---|--|
| Февраль | 1 | Вводное «Ее Величество Музыка!» (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями) | Давайте познакомимся | Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях |
| | 2 | | Характер музыкального произведения | Задачи: 1. Воспитывать у детей умение слушать музыку. 2. Учить воспринимать и оценивать музыку. 3. Развивать умение организовать свои действия под музыку. • Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки» • Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка». • Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички» |
| | 3 | | Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный) | Задачи: 1. Воспитывать у детей умение слушать музыку. 2. Учить воспринимать и оценивать музыку. 3. Развивать умение организовать свои действия под музыку. • Слушая музыку, определить ее темп (в движении). • Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя • Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами. |
| | 4 | | Динамические оттенки (громко, тихо) | Задачи: 1. Воспитывать у детей умение слушать музыку. 2. Учить воспринимать и оценивать музыку. 3. Развивать умение организовать свои действия под музыку. • Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении). • Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо). • Игра «Тихо и громко». Подготовка к утреннику «8 марта»- разучивание общего танца «Мамочка моя»«Раз, ладошка, два ладошка» |

| | | | | |
|-------------|------|--|---|--|
| | 5-6 | | Ритмический рисунок. Строение музыкального произведения (вступление, часть). | Задачи: 1. Воспитывать у детей умение слушать музыку. 2. Учить воспринимать и оценивать музыку. 3. Развивать умение организовать свои действия под музыку. • Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно) • Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам. • Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения. • Игра «Побегаем, ходим». • На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления. |
| | 7-8 | Играя, танцуем (ритмопластика) | Игровая ритмика. Движения рук и ног | Задачи: 1. Развивать внимание 2. Развивать координацию движений 3. Развивать зрительную и слуховую память 4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов <i>Комплексы игровой ритмики</i> «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес», «Веселые путешественники», «Лошадка», «Чебурашка», «Плюшевый медвежонок». Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина») Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу») |
| Март | 9-12 | «Игровой стретчинг» | Сказки на коврике | Задачи: 1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат 2. Улучшать эластичность мышц и связок 3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат 1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка». 2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы». 3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики». 4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед». 5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок» 6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок» 7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка». 8. Композиция «Маленький цыпленок» |

| | | | | |
|---------------|-------|---|---------------------------------|---|
| | 13-16 | «Азбука танца» | Азбука танца | <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины. 2. Формировать правильную осанку и координацию движений. 3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев. <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба: <ul style="list-style-type: none"> - бодрая,- спокойная,- на носках,- топающим шагом,- ходьба на четвереньках 2. Бег: <ul style="list-style-type: none"> - легкий, - ритмичный, - передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки») 3. Прыжки: <ul style="list-style-type: none"> - на двух ногах вместе, - с продвижением вперед, - прямой галоп («лошадки скачут»). 4. Постановка корпуса 5.Позиции ног: I-я, VI-я 6. Подготовка к изучению позиций рук (этюд «Воздушный шар») 7.Танцевальные положения рук: <ul style="list-style-type: none"> - на поясе,- за юбочку,- за спиной,- на поясе в кулачках. 8. Танцевальные движения: <ul style="list-style-type: none"> - поочередное выставление ноги на пятку, - поочередное выставление ноги на носок, - пружинки, - притопывание одной ногой, - притопывание двумя ногами |
| <i>Апрель</i> | 17-20 | «Рисунок танца» | Рисунок танца | <p>Задачи:</p> <p>Научить детей ориентироваться в пространстве. Научить детей соблюдать интервалы Самостоятельно находить свободное место в зале. Перестраиваться в круг Становиться в пары.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рисунок танца «Круг»: <ul style="list-style-type: none"> - движения по линии танца (игра «Часы»); - движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»). 2. Игра «Дружно парами гуляем» 3. Свободное размещение в зале (игра «Горошины») 4. Игра «Клубочек» 5. Игра «Паровозик» <p>Разучивание танца «Наше время»</p> |
| | 21-24 | «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа) | «Танцевальное ассорти» | <p>Задачи:</p> <p>Научить детей двигаться в соответствии с музыкой. Развивать память, актерское мастерство. Готовить к концертной деятельности.</p> <p><i>Этюды:</i> «Ручеек и цветочки», «Пчелки и цветочки», «Снежинки-пушинки»</p> <p><i>Танцы:</i> «На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение».</p> |
| <i>Май</i> | 25-28 | «Все, что мы умеем!» | «Все, что мы умеем!» | Закрепление и повторение изученного материала |
| | 29-31 | | Подготовка к творческому отчету | Повторение и закрепление танцев «Раз ладошка, два ладошка», «Наше время», На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение». |
| | 32 | «Мы дети солнца!» | | Отчетный концерт |

Картотека примерных танцевальных движений

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (РАЗМИНКА)

Движения головой:

- Наклон вперед и назад
- Наклон влево и вправо
- Поворот вправо и влево
- Круговое движение влево и вправо
- Выдвигание влево и вправо
- Выдвигание вперед и назад

Движение плечами:

- поднимание и опускание одновременно двумя плечами
- поднимание и опускание поочередно
- отведение назад и приведение вперед одновременно двумя плечами
- отведение назад и приведение вперед поочередно
- круговое движение вперед и назад одновременно двумя плечами
- круговое движение вперед и назад поочередно

Движение руками:

- поднимание и опускание прямых рук в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутых рук в разных направлениях
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой наклоняясь вперед и назад («моторчик»)
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой поворачивая корпус влево и вправо («моторчик»)
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону одновременно двумя локтями
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону поочередно правым и левым локтем
- одинарные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- двойные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- тройные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- одинарные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- двойные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- тройные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- диагональное движение правой рукой: правая рука сначала показывает вверх вправо, потом вниз влево
- диагональное движение левой рукой: левая рука сначала показывает вверх влево, потом вниз вправо
- «горизонтальная волна» (выполняется горизонтальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- «вертикальная волна» (выполняется вертикальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук одновременно двумя руками

- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук поочередно правой и левой рукой

- сжимание и разжимание пальцев рук в различных ритмических рисунках и темпе

Движение корпусом:

- наклон прямого туловища вперед и назад, влево и вправо
- наклон расслабленного, мягкого туловища, с головой вперед-назад, влево-вправо
- сдвигание вперед и назад, влево и вправо
- круговое движение: выдвигание вперед-сдвигание влево-выдвигание назад — сдвигание вправо
- «волна-2 (выполняется вертикальное волнообразное движение туловищем, начиная с головы и качивая тазом)

Движение ногами:

- одинарные притопы одной и двумя ногами
- двойные притопы одной и двумя ногами
- тройные притопы одной и двумя ногами
- приставные шаги влево и вправо, вперед и назад
- шаг марша на месте и с продвижением в различном темпе
- выставление ноги на носочек и на пяточку в разных направлениях
- поднимание и опускание прямой в колене ноги в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутой в колене ноги в разных направлениях
- махи ногой вперед и назад, вправо и влево
- «гармошка» (простая и усложненная)
- «ковырялочка» с притопами, поворотом, прыжком, хлопком

Ходьба:

- на носочках
- в полуприседе
- с притопом
- чередуясь с поворотом, с прыжком
- сочетая с хлопками, притопами, разворотом корпуса вправо и влево
- с различным положением и движением рук
- боковой и прямой скрестный шаг

Пространственная ориентация и построение

- Шеренга
- Колонна
- Построения и перестроения по два и по четыре
- Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно
- Круг по одному, парами, лицом и спиной
- Принцип дробления и собирания круга.

Подскоки:

- на месте
- с продвижением вперед и назад
- влево и вправо

Галоп:

- прямой

- боковой

Вращения:

- на месте и с продвижением
- на одной ноге на месте и с продвижением
- в беге и прыжках

Приседание и полуприседания:

- на двух ногах с отведенной ногой в сторону, вперед и назад
- пружинка обычная и разворотом корпуса вправо и влево

Прыжки:

- одинарные, двойные, тройные
- на двух и одной ноге на месте
- на одной и двух ногах с продвижением вперед и назад, влево и вправо, в повороте на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги врозь на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги крест-накрест на месте и с продвижением
- выпад вперед на одну ногу, прыжком поменять ноги («лыжи»)
- двойной прыжок на месте и с продвижением — ноги врозь в полу присед
- в различных ритмических рисунках

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ:

- хлопки в ладошки на счет и через счет
- топание ногой на счет и через счет
- комбинации хлопков на различных ритмических рисунках
- уменьшение круга на уменьшение звука, увеличение круга на усиление звука
- поднимание и опускание рук на определенный счет
- ходьба на каждый счет и через счет
- прыжки на каждый счет и через счет
- игра в «ладушки» с партнером на определенный счет

ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА:

- постановка корпуса
- понятие рабочая нога и опорная нога
- положение рук
- положение и поворот головы
- приседания (plie)
- приведение и отведение ноги вперед, в сторону и назад (battement tendu)
- поднимание на полу пальцы и опускание (releve)
- перегиб корпуса вперед и в сторону

ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

- поклон
- положение рук (на пояс с раскрытыми пальцами и в кулачке, полочка, в стороны, вверх, с платком)
- положение рук в паре (за руки внизу, вытянутые вперед, под руку, за плечи, за спину)
- движение рук

- простой, боковой, переменный ход
- притопы
- удары полупальцами и каблуком
- «ковырялочка»
- «гармошка»
- галоп, подскоки
- присядка
- «ползунок»
- хлопки и хлопушки
- вращения на полупальцах и в беге

ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА

Различные движения:

- головой
- руками
- плечами
- корпусом
- ногами
- вариативные прыжки на месте и с продвижением
- наклоны и прогибы

ТВОРЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

- показать, как танцуют куклы
- показать, как танцуют роботы
- показать, как танцуют животные (кошка, обезьяна, бабочка, попугай и др.)
- показать, как танцует грустный, веселый, усталый человека
- показать, как танцует балерина
- показать, как могли бы танцевать инопланетяне под космическую музыку
- показать, как танцуют люди разных профессий — плотник с молотком, повар с половником, мама с ребенком, водитель с рулем и др.

Диагностика

Конспекты занятий

Сценарии