

Управление образования администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дворец творчества детей и учащейся молодежи»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 31.05.2022  
протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МБОУ ДО «Дворец творчества»  
С.В. Харитонова  
Приказ от 31.05.2022 № 208



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности**

## **«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РАДУГА»**

Возраст учащихся: 5-9 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработчики:  
Снежко Марина Сергеевна,  
педагог дополнительного  
образования  
Мальцева Маргарита Сергеевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Ленинск-Кузнецкий, 2022

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

## Пояснительная записка

Важным условием активного развития креативных качеств личности является включение детей, начиная с дошкольного возраста, в различные виды творческой деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Одним из видов такой деятельности является танец.

Танцевальное искусство 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.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная радуга» художественной направленности способствует удовлетворению потребности в творческом развитии детей дошкольного и младшего школьного возраста средствами хореографии, выявленной в процессе изучения социального заказа на услуги дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная радуга» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Закон Российской Федерации Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 N ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3);
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения «Дворец творчества детей и учащейся молодежи»;
- Положение о дополнительной общеразвивающей программе МБОУ ДО «Дворец творчества» (приказ МБОУ ДО «Дворец творчества» от 09.09.2021 № 290).

**Цель программы:** развитие творческих способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в процессе изучения классического, народного и современного танца.

**Задачи программы:**

- научить правильно выполнять движения классического, народного и современного танца;
- развивать у детей музыкально-пластическую выразительность, чувство ритма, способность к импровизации;
- развивать воображение, фантазию, наглядно-образное, ассоциативное мышление;
- способствовать воспитанию общей культуры, художественного вкуса, укреплению здоровья детей;
- способствовать формированию интереса к хореографическому искусству.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что каждому человеку для успешного развития и жизни в современном обществе необходимо обладать креативными способностями. Большой педагогический потенциал танца не только для развития творческих способностей и творческой активности, но и для всестороннего развития

личности ребенка, эстетического и нравственного воспитания детей, отмечают ученые и педагоги-практики. Известный отечественный психолог Л.С. Выготский подчеркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Танец развивает эмоциональную сферу ребенка, позволяя пластическими средствами и мимикой передавать чувства и настроение. Занятия хореографией формируют красивую осанку, способствуют укреплению здоровья, развитию выразительности движений, музыкальности, творческих способностей

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Ребенок познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

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

В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник 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.

Умение танцевать способствуют раскрепощению ребенка, помогают ему проявить свою индивидуальность и обрести уверенность. Опыт совместной работы в ансамбле способствует развитию коммуникативных способностей и чувства коллективизма. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся лучше воспринимать окружающую действительность, а творческие способности - активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Данная программа является модифицированной. Разработана на основе методик Е.В.Горшковой, С.Л.Слуцкой, А.В.Бурениной, опыта работы Липской А.Б. и апробации собственного опыта работы.

Особенностью данной программы является то, что в ней отводится значительное место не только музыкально-ритмической деятельности, но и развитию мотивации детей к занятиям хореографией. Свойственная детям дошкольного возраста двигательная активность, потребность и способность передавать с помощью движений под музыку свое настроение и придуманные ими образы является основой для формирования и развития танцевальных навыков и умений.

Под детским танцевальным творчеством понимается выразительность исполнения движений и танцевальных композиций, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, придумывать собственные, оригинальные движения и новые музыкально-пластические танцевальные образы. Для развития творческих способностей детей в определенном виде танцевального искусства необходимы базовые знания в области хореографии (элементы классического танца, партерная гимнастика, движения народного танца, музыкальная грамотность) и сформированная мотивация к занятиям хореографией. В развитии интереса к искусству хореографии большое значение имеет приобщение детей к исполнительской концертной деятельности, развитие стремления дарить своим танцем радость зрителям. Программой предусмотрена постановка танцев, основой которых является игровая ситуация, что позволяет детям проявить свои творческие способности при создании и передаче разнохарактерных образов.

Программа предназначена для учащихся 5-9 лет.

Срок реализации программы – 3 года, 432 часа; 144 часа в год. Режим занятий: - два раза в неделю по два академических часа, в соответствии с расписанием, утвержденным приказом по учреждению. Академический час для детей в возрасте до 8 лет – 30 минут, для детей в возрасте 8 лет и старше – 45 минут

Наполняемость учебной группы 12 человек. Состав группы – постоянный. Набор учащихся – свободный.

Форма обучения – очная, групповая.

В случае невозможности присутствия учащихся на занятиях очной формы обучения образовательный процесс может осуществляться в форме внеаудиторных самостоятельных занятий в режиме он-лайн и режиме офф-лайн (общение через электронную почту, форумы, блоги, сетевое сообщество и пр.):

- с применением дистанционных технологий;
- с методическим сопровождением самостоятельной работы на основе средств связи: телефонный номер, электронная почта, skype-общение;
- индивидуального (в том числе, он-лайн уроки) и группового дистанционного обучения.

Самостоятельная работа учащихся во время обучения с применением дистанционных технологий оценивается через обратную связь в электронном виде, а также по предъявлению результатов проделанной работы (выполненного творческого задания и т.п.) при возобновлении очной формы обучения.

Формы учебных занятий: практическая работа, игра, репетиция, концертное выступление

Программой предусмотрены теоретические и практические занятия. Значительное место в практических занятиях отводится выполнению творческих заданий и упражнениям: на развитие музыкально-ритмических, импровизационных, исполнительских способностей.

На стартовом уровне освоения программы (первый год обучения) большое внимание уделяется общеукрепляющим упражнениям, музыкально-ритмической деятельности и развитию интереса детей к хореографическому искусству, освоению игрового этюдного материала, изучению азов народного и классического танца.

Базовый уровень (второй и третий год обучения) предусматривает изучение основ народной и современной хореографии, усложненных форм танцевальной ритмики и партерной гимнастики, основ актерской выразительности, создание несложной и посильной репертуарной программы, развитие способности к музыкально-танцевальной импровизации, концертное публичное исполнительство.

**Цель первого года обучения:** формирование интереса детей дошкольного и младшего школьного возраста к искусству хореографии в процессе изучения основ классического и народного танца.

**Задачи:**

- научить правильно выполнять движения классического и народного танца;
- способствовать освоению игрового этюдного материала;
- развивать у детей музыкально-пластическую выразительность, чувство ритма;
- развивать воображение, фантазию;
- способствовать укреплению здоровья детей;
- воспитывать художественный вкус;
- приобщать детей к совместным формам творческой деятельности

**Учебный план первого года обучения**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Первые	2	0,5	1,5	Диагностика музыкально-

	шаги в мир танца»				двигательных способностей
2.	Партерная гимнастика	28	2	26	Наблюдение
3.	Азбука музыкального движения	10	4	6	Наблюдение. Музыкальная игра
5.	Движения классического танца	16	3	13	Наблюдение. Диагностика танцевальных физических данных
6.	Движения народного танца	26	4	22	Практическая работа. Музыкальная игра
7.	Музыкально-танцевальные игры и композиции	30	4	26	Творческое задание
8.	Постановка танца	24	4	20	Репетиция
9.	Концертная деятельность	6	0,5	5,5	Концертное выступление
10.	Итоговое занятие «Мы научились танцевать»	2	-	2	Концертное выступление. Диагностика музыкально-двигательных способностей.
		<b>144</b>	<b>22</b>	<b>122</b>	

### Содержание программы первого года обучения

#### 1. Вводное занятие «Первые шаги в мир танца» (2 часа)

*Теория.* Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами первого года обучения. Правила поведения в учреждении, на занятиях. Правила техники безопасности в занимательной форме.

*Практика.* Игры на знакомство, снятие напряжения, сплочение коллектива. Игра «Мы любим танцевать».

*Контроль.* Первичная диагностика музыкально-двигательных способностей.

#### 2. Партерная гимнастика (28 часов)

*Теория.* Понятие «партерная гимнастика». Правила выполнения упражнений партерной гимнастики. Основы образно - игровой партерной гимнастики на середине зала. Образное восприятие всех выполняемых движений.

*Практика.* Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе. Упражнения: «велосипед», «бабочка», «берёзка», «рыбка», «лягушка», «кошечка», «флажок», «ёж», «коробочка», «мостик», «лодочка», «шпагат» и др.

*Контроль.* Наблюдение (правильность выполнения упражнений).

#### 3. Азбука музыкального движения (10 часов)

*Теория.* Что объединяет музыку и движение: начало и конец звучания. Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки – веселый, грустный, спокойный. Темп музыки – медленный, умеренный, быстрый.

*Практика.* Движение в характере музыки. Маршировка, шеренга, колонна, пары, четверки. Круг – сужения и расширения. Танцевальный шаг с носка, шаг на полупальцах. Бег «с захлестом», бег с выбросом ног вперед, назад; шаг с пятки, бег с высоким

подниманием колен. Творческие задания: передать с помощью изученных движений музыкальный образ; имитация движений животных и людей с изменением характера и настроения: добрый-сердитый, грустный-веселый, бодрый-уставший, смелый-трусливый и т.д. Игра «Музыкальный магазин»

*Контроль.* Музыкальная игра. Наблюдение (умение самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения).

#### **4. Движения классического танца (16 часов)**

*Теория.* Беседы о значимости классического танца как основы всей хореографии. Элементарные основы классического танца на середине зала.

*Практика.* Постановка корпуса. Позиции рук: подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я, постановка кисти, раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению. Позиции ног (1-я, 2-я, 3-я). Поклон для девочек, поклон для мальчиков. Танцевальная комбинация «Красивые фигуры».

*Контроль.* Наблюдение (знание позиций рук, ног, правильное выполнение элементов классического танца). Диагностика танцевальных физических данных учащихся (осанка, выворотность, танцевальный шаг, подъем стопы, гибкость, прыжок).

#### **6. Движения народного танца (26 часов)**

*Теория.* Положения и движения рук в русском народном танце. Позиции ног. Шаги в русском народном характере.

*Практика.* Положения и движения рук: подготовка к началу движения (ладошка на талии), хлопки в ладоши, взмах платочком (дев.), взмах кистью (мал.), положение «полочка», «лодочка».

Положения и движения ног: позиции ног, простой бытовой шаг, «пружинка» - Притоп простой, двойной, тройной. Ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами. . Поклон в русском характере (без рук).

Игры на перестроение: в круг, в пары и друг за другом, в несколько кругов, хоровод. Танцевальные комбинации.

*Контроль.* Практическая работа. Музыкальная игра «Рассыпуха».

#### **7. Музыкально-танцевальные игры и композиции (30 часов)**

*Теория.* Образное воплощение разнообразных тем в музыкально- танцевальных игровых задачах. Народные традиции в музыке и игровой культуре.

*Практика.* Упражнения на воображение. Упражнения на взаимопонимание. Простейшие построения: линия, колонна, диагональ, круг, сужение круга, расширение круга, интервал. Упражнения на ориентировку в пространстве. Игра «Найди свое место». «Танцуй и стройся». «В мире животных», «Гусеница». Просмотр видеоматериала.



Музыкальные народные игры: «Золотые ворота», «Ручеек». Музыкальная игра с элементами театрализации «На лесной полянке». Танцевальная композиция «Ладушки».

*Контроль.* Творческое задание «Колобок».

### **8. Постановка танца (24 часа)**

*Теория.* Понятия «линия», «колонна», «диагональ», «круг». Правила исполнения движений, переходов и рисунков. Рассказ о сюжете танца. Структурные компоненты хореографической постановки: танец, музыка, костюм, реквизит.

*Практика.* Разучивание и отработка движений. Основные ходы и связки движений. Рисунок танца: круг, полукруг, диагональ, шахматный порядок, «расческа».

Сюжетные танцы «Цыплята», «Веселая полька». Прослушивание музыки, демонстрация костюмов (эскизов) и реквизита.

Разучивание движений танца: по частям, целиком. Разучивание движений под музыку. Отработка синхронности и точности движений под счет и под музыку. Разучивание фигур и построений. Отработка отдельных частей танца, последовательности и чередования фигур. Поклон.

*Контроль.* Репетиция.

### **9. Концертная деятельность (6 часов)**

*Теория.* Танец - подарок для зрителей. Подготовка к концертному выступлению. Зрительный зал. Сцена. Одежда сцены, кулисы, задник, авансцена, рампа. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

*Практика.* Подготовка к концерту. Репетиция танцевальных номеров. Концертное выступление. Упражнения на ориентировку на сцене.

*Контроль.* Концертное выступление.

### **10. Итоговое занятие «Мы научились танцевать» (2 часа)**

*Практика.* Творческий отчет «Мы научились танцевать». Демонстрация комплекса партерной гимнастики, изученных танцевальных комбинаций, танцев «Цыплята», «Веселая полька».

*Контроль.* Концертное выступление. Диагностика творческих способностей.

**Цель второго года обучения:** развитие мотивации детей дошкольного и младшего школьного возраста к занятиям хореографией.

#### **Задачи:**

- закрепить навыки правильного исполнения движений классического и народного танца;
- способствовать освоению усложненных форм танцевальной ритмики и партерной гимнастики, основ актерской выразительности;
- развивать у детей наглядно-образное, ассоциативное мышление;

- развивать навыки исполнительской деятельности;
- способствовать укреплению здоровья детей.

### Учебный план второго года обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Мы любим танцевать»	2	0,5	1,5	Диагностика музыкально-двигательных способностей
2.	Партерная гимнастика	20	4	16	Наблюдение
3.	Основы музыкальной грамоты	10	4	6	Наблюдение. Музыкальная игра
4.	Азбука танцевального движения	16	3	13	Творческое задание.
5.	Движения классического танца	14	2	12	Наблюдение. Диагностика танцевальных физических данных
6.	Движения народного танца	16	4	12	Практическая работа. Музыкальная игра
7.	Музыкально-танцевальные игры и композиции	20	2	18	Творческое задание
8.	Постановка танца	28	4	24	Репетиция
9.	Концертная деятельность	16	1,5	14,5	Концертное выступление
10.	Итоговое занятие «Мы любим выступать»	2	-	2	Концертное выступление. Диагностика музыкально-двигательных способностей.
		<b>144</b>	<b>25</b>	<b>119</b>	

### Содержание программы второго года обучения

#### 1. Вводное занятие «Мы любим танцевать» (2 часа)

*Теория.* Слагаемые хорошего настроения. Роль танца в жизни человека. Правила поведения в коллективе. Правила техники безопасности на занятиях хореографии.

*Практика.* Игры на знакомство, снятие напряжения, сплочение коллектива. Игра «Мы любим танцевать».

*Контроль.* Диагностика музыкально-двигательных способностей.

#### 2. Партерная гимнастика (20 часов)

*Теория.* Понятие «партерная гимнастика» - система упражнений, выполняемых в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Правила выполнения упражнений партерной гимнастики.

*Практика.* Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; выработки выворотности ног и танцевального шага;

улучшения гибкости позвоночника, подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; для исправления осанки; на укрепление мышц брюшного пресса.

Упражнения «велосипед», «бабочка», «берёзка», «рыбка», «лягушка», «кошечка», «флажок», «ёж», «коробочка», «мостик», «лодочка», «шпагат» и др.

*Контроль.* Наблюдение (правильность выполнения упражнений).

### **3. Основы музыкальной грамоты (10 часов)**

*Теория.* Мелодия – основа музыкально-двигательного образа Основные средства музыкальной выразительности: темп (медленный, быстрый, умеренный); динамика (громко-тихо, умеренно громко), метроритм (сильная доля, ритмическая пульсация мелодии, сочетание восьмых и четвертных), жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш). Понятия: вступление, музыкальная фраза.

*Практика.* Прослушивание музыкальных произведений. Музыкально-ритмические упражнения на развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения. Акцент на сильную долю через хлопки. Музыкальные игры на развитие умения передавать под музыку эмоции и настроение. Игра «Музыкальный магазин»

*Контроль.* Музыкальная игра. Наблюдение (умение самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения).

### **4. Азбука танцевального движения (16 часов)**

*Теория.* Правила выполнения движений. Закрепление понятий «темп», «ритм».

*Практика.* Ходьба в разном темпе и ритме: бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным шагом». Чередование шагов. Ходьба с одновременным движением головы, плеч, рук, поворотами корпуса. Танцевальные шаги в образах различных животных, героев мультфильмов.

Бег: легкий, ритмичный, передающий различный образ («животные», «птицы», «бабочки», «дождик», «ножницы» и т.д.).

Прыжки: на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, назад, вбок, вокруг себя и других детей, галоп, поскок и др.

Упражнения на различные группы мышц и различный характер движения (гибкость, плавность и т.д.) «качели», «незнайка», «ручеек», «змейка» и др.

Творческие задания: передать с помощью изученных движений музыкальный образ; имитация движений животных, людей, механизмов с изменением характера и настроения: добрый-сердитый, грустный-веселый, бодрый-уставший, смелый-трусливый и т.д.

*Контроль.* Творческое задание.

### **5. Движения классического танца (14 часов)**

*Теория.* Элементарные сведения о классическом танце как азбуке танца. Экзерсис на середине. Позиции ног - 1, 2, 3. Позиции рук - подготовительная, 1, 2, 3. Знакомство с терминологией: деми плие (demi pli), батман тандю (battement tendu), пор де бра (port de bras); соте (saute), па (pas), релеве (releve).

Балетные данные: выворотность ног, большой танцевальный шаг, гибкость, легкий высокий прыжок, свободное и пластичное владение руками, четкая координация движений, выносливость и сила.

*Практика.* Постановка корпуса.

Положения и движения рук: подготовительная, 1, 2, 3 позиции рук, постановка кисти, раскрытие и закрытие рук, подготовка к движению. Пор де бра (port de bras)- движения рук из подготовительного положения в позицию 1-ю, 3-ю, 1-ю и снова в подготовительное положение.

Положения и движения ног: позиции ног (1, 2, 3). Деми плие (demi plie) - полуприседание на середине по 1-й, 3-й позициям. Батман тандю (battement tendu) - отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола, в сторону, вперед и назад из 1-й, 3-й позиций. Подъем на полупальцах (relleve) по 1-й позиции. Прыжки - соте (saute) по 1, 2 позициям. Легкий бег на полупальцах Танцевальный ша. Перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu), Реверанс для девочек, поклон для мальчиков.

Танцевальные комбинации.

Упражнения для развития и тренировки суставно-мышечного аппарата, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, на выворотность.

*Контроль.* Наблюдение (знание терминов, правильное выполнение движений классического танца). Диагностика танцевальных физических данных учащихся (осанка, выворотность, танцевальный шаг, подъем стопы, гибкость, прыжок).

### **6. Движения народного танца (16 часов)**

*Теория.* Элементы народного танца (хоровод, кадрили, пляска). Положения и движения рук в русском народном танце. Позиции ног. Шаги в русском народном характере. Перестроения: в круг, в пары и друг за другом, в несколько кругов, хоровод.

*Практика.* Положения и движения рук: подготовка к началу движения (ладошка на талии), хлопки в ладоши, взмах платочком (дев.), взмах кистью (мал.), положение «полочка», «лодочка».

Положения и движения ног: позиции ног, простой бытовой шаг, «пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции), «пружинка» с одновременным поворотом корпуса; *battement tendu* вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере; *battement tendu* вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием.

Притоп простой, двойной, тройной. Ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами. Простой приставной шаг; простой приставной шаг с притопом; приставной шаг с приседанием; приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения).

Приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения). Приставные шаги по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»). Движения «елочка», «ковырялочка». Поклон в русском характере (без рук).

Игры на перестроение: в круг, в пары и друг за другом, в несколько кругов, хоровод. Танцевальные комбинации.

*Контроль.* Практическая работа. Музыкальная игра «Колпачок».

## **7. Музыкально-танцевальные игры и композиции (20 часов)**

*Теория.* Что объединяет музыку и движение: начало и конец звучания, темп, ритм. Народные традиции в музыке и игровой культуре.

*Практика.* Упражнения на воображение. Упражнения на взаимопонимание. Простейшие построения: линия, колонна, диагональ, круг, сужение круга, расширение круга, интервал. Упражнения на ориентировку в пространстве. Игра «Найди свое место». «Танцуй и стройся».

Просмотр видеоматериала. Музыкальные народные игры «Хоровод, хоровод», «Золотые ворота», «Ручеек». Музыкальные игры с элементами театрализации «Колобок», «Рыбаки и рыбки», «На лесной полянке». Танцевальные композиции «Мышки с сыром», «В гости к бабушке», «Часики».

*Контроль.* Творческое задание «Хоровод сказок».

## **8. Постановка танца (28 часов)**

*Теория.* Структурные компоненты хореографической постановки: танец, музыка, костюм. Сюжетный танец. Рассказ о сюжете танца. Рисунок танца: круг, полукруг, диагональ, шахматный порядок, «расческа».

*Практика.* Сюжетные танцы «Матрешечки», «На лесной полянке». Прослушивание музыки, демонстрация костюмов (эскизов) и реквизита.

Разучивание движений танца: по частям, целиком в замедленном темпе, от простой формы с усложнением к законченной форме. Разучивание движений под музыку. Отработка синхронности и точности движений под счет и под музыку. Разучивание фигур

и построений. Отработка отдельных частей танца, последовательности и чередования фигур.

Окончательная отработка танца, работа над согласованностью движений и рисунком танца. Работа над его выразительностью, правильной манерой исполнения, характерными для данного танца движениями ног, рук, корпуса и головы.

Отработка финальной части танца: поклон, организованный уход со сцены (из зала).

*Контроль.* Репетиция.

### **9. Концертная деятельность (16 часов)**

*Теория.* Виды концерта: отчетные, праздничные, тематические. Программа концерта. Подготовка к концертному выступлению. Зрительный зал. Сцена. Одежда сцены, кулисы, задник, авансцена, рампа.

*Практика.* Подготовка к концерту: просмотр и отбор концертных номеров, репетиция танцевальных номеров, концертное выступление.

Упражнения на ориентировку на сцене.

*Контроль.* Концертное выступление.

### **10. Итоговое занятие «Мы любим выступать» (2 часа).**

*Практика.* Творческий отчет «Мы любим танцевать». Демонстрация комплекса партерной гимнастики, изученных танцевальных комбинаций, танцев «Матрешечки», «На лесной полянке».

*Контроль.* Концертное выступление. Диагностика творческих способностей.

**Цель третьего года обучения:** развитие творческих способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в процессе изучения классического, народного и современного танца.

#### **Задачи программы:**

- научить правильно выполнять движения современного танца;
- развивать у детей способность к импровизации;
- развивать воображение, фантазию, наглядно-образное, ассоциативное мышление; - развивать исполнительские способности;
- способствовать физическому развитию и укреплению здоровья детей;
- способствовать воспитанию общей культуры, художественного вкуса,
- развивать навыки коллективной творческой деятельности.

#### **Учебный план третьего года обучения**

№	Наименование разделов и	Количество часов	Форма контроля
---	-------------------------	------------------	----------------

	тем	Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Творчество и танец»	2	0,5	1,5	Диагностика музыкально-хореографических способностей
2.	Партерная гимнастика	20	4	16	Наблюдение
3.	Классический танец	16	2	14	Наблюдение. Диагностика танцевальных физических данных
4.	Народный танец	20	2	18	Практическая работа.
5.	Современный танец	28	4	24	Творческое задание.
6.	Постановка танца	34	4	30	Репетиция
7.	Концертная деятельность	22	2,5	19,5	Концертное выступление
8.	Итоговое занятие «Мир танца»	2	-	2	Концертное выступление. Диагностика творческих способностей.
		<b>144</b>	<b>19</b>	<b>125</b>	

### Содержание программы третьего года обучения

#### 1. Вводное занятие «Творчество и танец» (2 часа).

*Теория.* Репертуарный план на год. Концертная деятельность. Правила техники безопасности на занятиях хореографии.

*Практика.* Исполнение репертуара предыдущего года обучения.

*Контроль.* Диагностика музыкально-хореографических способностей

#### 2. Партерная гимнастика (18 часов)

*Теория.* Правила выполнения упражнений на различные группы мышц и различный характер (упражнения на плавность, махи, пружинность) упражнения на гибкость, пластичность движения. Значение внимания, памяти, фантазии и воображения в танцевальном искусстве.

*Практика.* Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; выработки выворотности ног и танцевального шага; улучшения гибкости позвоночника, подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; для исправления осанки; на укрепление мышц брюшного пресса. Растяжки, прогибы корпуса, броски ногами, «шпагаты», «складки». Прогиб к прямым ногам; в положении сидя; прогиб назад в положении лежа на животе; поза «кошки», «рыбка», «кольцо», скручивание, спирали, «мячик», «березка», «лягушка», «корзинка», «качели», «коробочка». Прогибы позвоночника – «мостик».

Упражнения (игры) на развитие внимания и памяти в танце Упражнения (игры) на развитие фантазии и воображения в танце.

*Контроль.* Наблюдение (правильность выполнения упражнений).

### **3. Классический танец (16 часов)**

*Теория.* Теоретические основы движений классического танца. Поклоны. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине. Позиции ног – 4-я, 5-я. Знакомство с терминологией: гран плие (gran pli) – 4-я, 5-я позиция, батман тандю (battement tendu) 5-я позиция, пор де бра (port de bras); соте (saute) по 1,2, позициям, гранд батман (gran battement). Батман дэвлопэ на 90. Понятие «точка» во время вращения.

*Практика.* Пор де бра (port de bras)- движения рук из подготовительного положения в 1-ю позицию, 2-ю, 3-ю, 2-ю и снова в подготовительное положение с прогибом корпуса.

Позиции ног (4-я, 5-я). Гран плие (gran plie) – глубокое приседание по 1-й, 2-й, 5-й позициям. Батман тандю (battement tendu) - отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола, в сторону, вперед и назад из 5-й позиции. Подъем на полупальцах (relleve) по 1-й, 2-й позициям. Гранд батман (gran battement) во всех направлениях. Батман дэвлопэ на 90. Прыжки - соте (saute) по 1-й, 2-й позициям, эшапэ из 5-й во 2-ю и снова в 5-ю. Поклон для девочек, поклон для мальчиков. Вращение (тур шэнэ). Танцевальные комбинации. Упражнения для развития и тренировки суставно-мышечного аппарата, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, на выворотность. Растяжка ног на «станке». Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.

*Контроль.* Наблюдение (знание терминов, правильное выполнение движений классического танца). Диагностика танцевальных физических данных учащихся (осанка, выворотность, танцевальный шаг, подъем стопы, гибкость, прыжок).

### **4. Народный танец (20 часов)**

*Теория.* Элементы народного танца, манера исполнения. Положения и движения рук в русском народном танце. Шаги в характере русского народного танца. Перестроения: из круга в диагональ, «расческа», «квадрат».

*Практика.* Положения и движения ног: «веревочка», «гармошка», «маятник», «елочка», «паровозик», «ковырялочка», вынос ноги на каблук вперед и в стороны. Притоп тройной. Ходы русского танца: переменный с ударом, с каблука, приставной шаг, шаг с поворотом, «припадание» в повороте. Русский поклон с руками. Танцевальная комбинация «Карусель».

*Контроль.* Практическая работа.

### **5. Современный танец (28 часов)**

*Теория.* Правила выполнения движений. Терминология современного танца. Позиции и положения рук: нейтральное или подготовительное положение, press-position, первая позиция, вторая позиция, третья позиция. Позиции ног: первая позиция (параллельная), вторая позиция (параллельная), третья позиция (аналогична



классической), четвертая (параллельная). пятая (параллельная), положения стопы point и flex.

*Практика.* Просмотр и обсуждение иллюстрационного и видеоматериала с образцами современных танцевальных направлений.

Шаги (исполняются по кругу и диагонали): мягкий шаг, ходьба на носках, высокий шаг, острый шаг, тройной шаг (шаг вальса). Волна: прямая (лицом к станку), боковая (одной рукой за станок). Взмахи руками с волной: целостный взмах, поднимая руки вперед, целостный взмах в прогибе назад. Упражнения для развития осанки: наклоны головой, повороты головы, вращение головы.

Упражнения для плечевого пояса: круг плечами вперед, назад; круг плечами в разных ритмах. Упражнения для мышц корпуса: повороты верхней части тела, смещение верхней части тела. Упражнения для бедер: восьмерка бедрами, перекал бедер (лодочка). Наклоны: наклоны и прогибы на прямых ногах (широкая II позиция), боковой наклон на одной согнутой ноге (широкая II позиция), наклон вперед к ногам; наклон вперед с прогибом, круг корпусом (ноги в широкой II позиции). Большие батманы у станка: вперед из положения работающая нога сзади на полу; в сторону (лицом к станку); назад (с одновременным наклоном корпуса вперед). Упражнения для развития координации на месте, в пространстве.

Элементы акробатики. Перевероты. Танцевальная комбинация.

*Контроль.* Творческое задание «Танцевальная переключка».

## **6. Постановка танца (34 часа)**

*Теория.* Танцевальная связка – это несколько танцевальных движений (3-5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации. Танцевальная комбинация - среднее между связкой и композицией. Понятие «танцевальный этюд». Понятие «точка» во время вращения. Сюжет танца. Костюм. Музыка. Реквизит.

*Практика.* Постановка танцев. Прослушивание музыки, демонстрация костюмов (эскизов) и реквизита. Разучивание движений танца: по частям, целиком в замедленном темпе, от простой формы с усложнением к законченной форме. Разучивание движений под счет и под музыку. Отработка синхронности и точности движений под счет и под музыку. Разучивание фигур и построений. Отработка отдельных частей танца, последовательности и чередования фигур. Работа над синхронностью движений и четкостью рисунка танца. Работа над выразительностью, правильной манерой исполнения, характерными для данного танца движениями ног, рук, корпуса и головы. Работа с солистами. Отработка финальной части танца: поклон, организованный уход со сцены (из зала). Поклоны.

*Контроль.* Репетиция.

## **7. Концертная деятельность (22 часа)**

*Теория.* Программа концерта. Подготовка к концертному выступлению. Зрительный зал. Сцена.

*Практика.* Подготовка к концерту: просмотр и отбор концертных номеров, репетиция на сцене, концертное выступление.

*Контроль.* Концертное выступление.

## **8. Итоговое занятие «Мир танца» (2 часа).**

*Практика.* Творческий отчет «Мир танца». Показ изученных танцевальных комбинаций, танцев «Хорошее настроение», «Баскетбол», «Пингвины».

*Контроль.* Концертное выступление. Диагностика творческих способностей

### **Планируемые результаты реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная радуга»**

#### **В результате освоения содержания программы первого года обучения**

учащиеся знают:

элементы музыкальной грамоты, характер музыки – веселый, грустный, спокойный, темп музыки – медленный, умеренный, быстрый;

позиции рук и ног классическом и народном танце;

правила выполнения движений классического и народного танца,

правила выполнения упражнений партерной гимнастики,

правила техники безопасности на занятиях хореографией;

учащиеся умеют:

исполнять движения классического и народного танца в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения,

создавать по выбору пластический образ животного, составить танцевальную связку из 2-3 движений

перемещаться по залу в соответствии с сюжетом игры или танца,

самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.

У учащихся развит интерес к занятиям хореографией.

#### **В результате освоения содержания программы второго года обучения**

учащиеся знают:

терминологию классического танца,

основные средства музыкальной выразительности, понятия: вступление, музыкальная фраза,

элементы народного танца, положения и движения рук и ног в русском народном танце, правила выполнения упражнений партерной гимнастики, правила техники безопасности на занятиях хореографией;

учащиеся умеют:

выразительно исполнять движения классического и народного танца, изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения, придумывать элементы движения, комбинировать движения, выразительно исполнять танцевальные композиции различной тематики и характера, свободно ориентироваться на сцене, в хореографическом зале, перестраиваться в фигуры и рисунки танца, импровизировать под различные мелодии.

У учащихся развиты творческие и исполнительские способности (воображение, выразительность), повышается уровень танцевальных физических данных

### **В результате освоения содержания программы третьего года обучения**

учащиеся знают:

терминологию классического, народного и современного танца; правила техники безопасности на занятиях хореографии и концертных выступлениях;

учащиеся умеют:

выполнять экзерсис классического танца у станка и на середине; выполнять акробатические упражнения; уверенно выполнять элементы и упражнения партерной гимнастики с усложненной координацией движений. выразительно исполнять движения классического, народного и современного танца; придумывать рисунки перемещения по залу в соответствии с сюжетом танца, ориентироваться в репетиционном, сценическом ограниченном пространстве, в основных танцевальных рисунках, фигурах, ракурсах; выразительно и эмоционально исполнять музыкально- хореографические этюды и танцы на основе выученных ранее программных движений выразительно исполнять репертуарную программу на концертах, импровизировать под различные мелодии.

У учащихся сформировано осмысленное отношение к танцу как художественному произведению, понимание единства формы и содержания танца; развиты творческие и исполнительские способности (воображение, выразительность, индивидуальная манера

передачи танцевальных образов), физические и специальные данные (подъем стопы, выворотность, шаг, гибкость спины, эластичность мышц и связок, сила и высота прыжка)

## **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **Календарный учебный график**

Количество учебных недель в год: 36.

Количество учебных дней в год: 72.

Даты начала и окончания обучения: с 15 сентября по 31 мая.

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций учащихся представлены в учебном плане, проводятся в ходе занятия по темам и разделам программы в течение учебного года

Сроки организационных выездов: концертные выступления, по плану мероприятий МБОУ ДО «Дворец творчества».

Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальная радуга», утверждается приказом по учреждению, составляется для каждой учебной группы.

### **Материально-технические условия**

Хореографический зал, оборудованный в соответствии с требованиями СанПиН, актовый зал, сцена. Оборудование и материалы: мультимедийное оборудование, звуковая аппаратура, видеотека, фонотека, сценические костюмы.

### **Формы контроля**

Качество обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальная радуга» оценивается экспертной комиссией в процессе проведения итоговой аттестации, родителями - на отчетном концерте.

Механизм оценивания реализации программы: результаты обучения сравниваются с поставленными учебными целями на основании разработанных критериев. Параметры оценивания: музыкально-ритмические способности, выразительность исполнения движений классического и народного танца под музыку, точность и правильность исполнения движений в танцевальных композициях, способность к импровизации.

**Формы контроля** освоения содержания программы: наблюдение, музыкальная игра, практическая работа, творческое задание, репетиция, концертное выступление, диагностика (музыкально-ритмических способностей, танцевальных физических данных, творческих способностей).

### **Оценочные материалы к разделам программы**

№	Наименование разделов и тем	Форма контроля	Оценочные материалы
1.	Вводное занятие	Диагностика музыкально-ритмических способностей	Диагностика музыкально-ритмических способностей (музыкальность, чувство ритма, координация движений). Музыкально-ритмические игры и упражнения.
2.	Партерная гимнастика	Наблюдение	Карта наблюдения «Выполнения упражнений партерной гимнастики»
3.	Азбука музыкального движения. Основы музыкальной грамоты	Наблюдение. Музыкальная игра	Карта наблюдения «Музыка и движение» (умение самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения). Музыкальная игра.
4.	Азбука танцевального движения	Творческое задание	Критерии оценивания творческого задания
5.	Движения классического танца	Наблюдение. Диагностика танцевальных физических данных	Карта наблюдения «Движения классического танца». Диагностика танцевальных физических данных учащихся (осанка, выворотность, танцевальный шаг, подъем стопы, гибкость, прыжок).
6.	Движения народного танца	Практическая работа. Музыкальная игра	Практическая работа «Танцевальные комбинации на основе изученных движений народного танца». Музыкальная игра.
7.	Современный танец	Творческое задание	Карта наблюдения «Исполнение танцевальной композиции»
8.	Музыкально-танцевальные игры и композиции	Музыкальная игра	Карта наблюдения «Музыка и движение»
10.	Постановка танца	Репетиция	Критерии оценивания исполнения танцевального номера
11.	Концертная деятельность	Концертное выступление	Схема анализа концертного выступления
12.	Итоговое занятие	Концертное выступление. Диагностика творческих способностей.	Критерии оценивания исполнения танцевального номера. Диагностика уровня развития творческих способностей.

### Методические материалы

Реализация программы предполагает использование следующих методов:

- словесный метод (беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение правил выполнения движения, оценка);
- наглядный метод (выразительный показ образца выполнения движения под счет, с музыкой. знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала);
- практический метод (разучивание и проработка элементов танцевальной комбинации, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти);
- творческие задания (выразительное исполнение движения под музыку, импровизационные пластические упражнения, задания на создание художественного образа, музыкально-танцевальные упражнения и этюды, фантазирование);
- игра (игры-превращения, музыкально-подвижные игры, игры с предметами – лентами, шарами, платками, игрушками и др.)

Особое место отводится здоровьесберегающей деятельности, формированию навыков сохранения и укрепления здоровья, соблюдению техники безопасности.

### **Ориентировочная структура занятий**

1. Построение. Поклон.
2. Разминка - комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе.
3. Основная часть Задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. Повторение ранее изученных движений и танцевальных комбинаций, музыкальные игры, творческие задания.
4. Комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания.
5. Построение. Подведение итогов занятия. Поклон

### **Методические разработки**

1. Азбука хореографии: диагностические материалы / МБОУ ДО «Дворец творчества»; сост. М.С. Мальцева. – Ленинск-Кузнецкий, 2019. 28 с.
2. Классический танец как основа исполнительской культуры: методические рекомендации / МБОУ ДО «Дворец творчества»; сост. М.С. Мальцева. Ленинск-Кузнецкий, 2017. 28 с.
3. Позиции классического танца: практическое пособие / МБОУ ДО «Дворец творчества»; сост. М.С. Мальцева. Ленинск-Кузнецкий, 2018. 48 с.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: учеб. пособие. 3-е изд. СПб.: Лань, 2006. 240 с.

2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии: метод. указания в помощь учащимся и педагогам дет. хореографич. коллективов, балетных школ и студий. СПб.: ЛЮКСИ, 1996. – 142 с.
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. М.: Искусство, 1987. 156 с.
4. Бондаренко Л.Н. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. М.: Академия, 2008. 221 с.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмич. пластике для детей дошкол. и мл. школ. Возраста. 2-е изд., испр. и доп. СПб.: ЛОИРО, 2000. 220 с.
1. Ваганова А.Я. Основы классического танца: учебник для вузов. 6-е изд. СПб.: Лань, 2005. 162 с.
2. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии: М.: Юрайт, 2017. 199 с.
3. Гусев Г.П. Народный танец. Методика преподавания: учеб. пособие для студентов вузов искусств и культуры. М.: Владос, 2012. 608 с.
4. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ. 4-е изд. М.: Айрис-Пресс, 2008. 160 с.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу: методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. М.: Гном и Д, 2004. 120 с.
6. Дополнительное образование детей : учеб. пособие для студентов ВУЗа / под ред. О.Е. Лебедева. М.: Владос, 2000. 326 с.
7. Захаров Р.В. Сочинение танца: страницы пед. опыта. М.: Искусство, 1989. 240 с.
8. Зацепина М.Б. Музыкальное воспитание в детском саду. М.: Мозаика-синтез, 2006. 96 с.
9. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика: учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений. 10-е изд., стер. М.: Академия», 2009. 416 с.
10. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет: учеб. пособие. 3-е изд. М.: УРАО, 1997. 198 с.
11. Липская А.Б. Развитие творческих способностей детей посредством танца: описание опыта работы [Электронный ресурс]. URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/01/26/opisanie-opyta-raboty-pedagoga-dopolnitelnogo-obrazovaniya-po> (дата обращения: 28.03.2019).
12. От внешкольной работы к дополнительному образованию детей: сборник норматив. и методич. материалов для дополнит. образования детей. М.: Владос, 2000. - 343 с.
13. Подгурская А.В. Развитие художественно-творческих способностей обучающихся посредством использования традиционных и современных методов на занятиях хореографией в организации дополнительного образования детей: обобщение пед. опыта.

[Электронный ресурс]. URL: <https://studylib.ru/doc/4276423/obobshhenie-pedagogicheskogo-opyta-raboty-po-teme> (дата обращения: 28.03.2019).

14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. М.: Владос, 2003. 222 с.

15. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика: хореография в детском саду. М.: Линка-Пресс, 2006. 272 с.

16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: учеб. пособие. СПб.: Музыкальная палитра, 2004. 44 с.

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Приложение 1

### Диагностика музыкально-ритмических способностей

Методика выявления уровня музыкально-ритмического развития (разработана на основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной).

Цель: определение уровня музыкально-ритмических способностей ребенка (начального уровня и динамики развития).

Метод: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара).

#### 1. Движение:

- передача в движении характера знакомого музыкального произведения

Критерии:

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

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

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

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

Критерии:

высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

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

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

- соответствие ритма движений ритму музыки:



Критерии:

высокий уровень – чёткое выполнение движений;

средний уровень – выполнение движений с ошибками;

низкий уровень – движение выполняется не ритмично.

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

Критерии:

высокий уровень – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний уровень – допускает 1-2 ошибки;

низкий уровень – не справляется с заданием.

## **2. Воспроизведение ритма:**

- воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение

Критерии:

высокий уровень – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни;

средний уровень – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий уровень – неверно воспроизводит ритм песни.

- воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте

Критерии:

высокий уровень – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок мелодии;

средний уровень – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий уровень – неверно воспроизводит ритм песни.

- воспроизведение ритма песни шагами

Критерии:

высокий уровень – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний уровень – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий уровень – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

- воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах

(«ритмическое эхо»)

Критерии:

высокий уровень – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний уровень – допускает 2-3 ошибки;

низкий уровень – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

## **3. Творчество.**

- сочинение ритмических рисунков

Критерии:

высокий уровень – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмические рисунки;

средний уровень – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий уровень – не справляется с заданием.

- танцевальное

Критерии:

высокий уровень – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний уровень – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий уровень – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

## Приложение 2

### Карта наблюдения «Партерная гимнастика»

ФИО ребенка	Гибкость и пластичность						Укрепление мышц тела						
	складка	корзиночка	рыбка	лягушка	мостик	шпагат	волна	упражнения на пресс	велосипед	лоочка	планка	отжимание	березка
1.													
2.													
3.....													

Критерии:

высокий уровень - правильное и точное выполнение упражнения в течение заданного промежутка времени;

средний уровень - выполнение упражнения с погрешностями; незначительное сокращение времени выполнения упражнения;

низкий уровень - выполнение упражнения с погрешностями; значительное сокращение времени выполнения упражнения.

## Приложение 3

### Карта наблюдения «Музыка и движение»

ФИО ребенка	Умение передавать характер музыки в движении	Умение самостоятельно начинать движения вместе с музыкой	Умение передавать в движениях разные эмоциональные состояния	Точность выполнения движений	Развитие координации движений (перестроение из круга в рассыпную)	Умение подчинять движение темпу, ритму, динамике	Плавность, мягкость движения	Умение импровизировать под музыку	Уровень
-------------	--	--	--	------------------------------	---	--	------------------------------	-----------------------------------	---------

1.									
2.									
3.....									

**Критерии:**

высокий уровень - ребенок проявляет стойкий интерес к музыкально-ритмическим упражнениям, понимает структуру музыкального произведения; хорошо ориентируется в пространстве; умеет точно выполнять танцевальные движения в хореографических композициях; способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений; накопленный двигательный опыт переносит на самостоятельную деятельность, делает попытки творческих импровизаций в движениях;.

средний уровень - ребенок понимает средства музыкальной выразительности, умеет проанализировать музыку; владеет главными элементами техники большинства движений; способен самостоятельно выполнять движения на основе предварительного показа; иногда ошибается при выполнении танцевальных движений; движения выполняет ритмично, но просит повторного показа; охотно выполняет задания на импровизацию;

низкий уровень - ребенок допускает существенные ошибки в технике движений; не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа педагога; плохо ориентируется в пространстве при исполнении танцев и перестроении; проявляет минимальную творческую активность, пассивность, не уверен в себе.

Приложение 4

**Упражнения для выявления 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.

**Критерии:**

высокий уровень - правильное одновременное выполнение движений;

средний уровень - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа;

низкий уровень - 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.

Критерии:

высокий уровень - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ;

средний уровень - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения;

низкий уровень - 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.

Критерии:

8-11 см – высокий уровень;

4-7 см – средний уровень;

3 см и меньше – низкий уровень.

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.

Критерии:

высокий уровень – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад;

средний уровень – средняя подвижность позвоночника;

низкий уровень - 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).

Критерии:

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

средний уровень – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

низкий уровень – 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.

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).

Критерии:

высокий уровень – точно передает ритмический рисунок;

средний уровень – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком;

низкий уровень - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

Приложение 5

### Карта наблюдения «Исполнение танцевальной композиции»

ФИО ребенка	Знание схем и фигур	Эмоциональная выразительность	Владение основными элементами техники	Коммуникативность (отношения в коллективе)
1.				
2.				
3.....				

Критерии:

**высокий уровень** – точное исполнение фигур танца, все движения выполняются в темп музыки с нужной четкостью; передает в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки, подпевает во время движения, что-то приговаривает, умеет самостоятельно находить свои оригинальные движения, чувствует себя комфортно;

**средний уровень** – выполняет в музыку половину и более движений; но отсутствует чистота в движениях, движения его довольно простые, однотипные; допускает погрешности, зажат, в некоторых моментах не чувствует себя комфортно;

**низкий уровень** – ребенок делает только часть движений в музыку без чистоты исполнения, самостоятельно не выполняет движения, повторяет за другими детьми, путается, мимика бедная, движения не выразительные; чувствует дискомфорт, зажат.

Приложение 6

## Карта наблюдения «Движения классического танца»

ФИО ребенка	Владение терминологией	Позиции ног	Позиции рук	Постановка корпуса и головы	Плие	Релевэ	Батман тандю	Сотэ	Уровень
1.									
2.									
3.....									

### Критерии:

высокий уровень - владеет терминологией классического танца. Умеет держать спину, координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе Точно, грамотно выполняет комплекс упражнений, умеет распределять физические нагрузки;

средний уровень - понимает терминологию классического танца. Затрудняется исполнять комбинации движений. Допускает ошибки в движениях. Знает позиции ног, рук и правильно их выполняет. Знает и самостоятельно выполняет комплекс упражнений;

низкий уровень - не понимает терминологию классического танца. Не может координировать движения. Не умеет распределять нагрузку. Допускает ошибки при выполнении комплекса упражнений, затрудняется правильно распределять физические нагрузки.

Приложение 7

### Диагностика танцевальных физических данных учащихся

Проводится при наборе и в конце обучения.

Метод: сравнительный анализ.

Параметры оценивания: осанка, выворотность, танцевальный шаг, подъем стопы, гибкость, прыжок.

- Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.
- Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени и стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног. Формирование голени и стопы у детей обычно заканчивается к двенадцати годам.
- Подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема (высокий, средний, маленький) находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

- Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног.
- Гибкость тела зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижность определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.
- Прыжок, его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев).

Выворотность ног позволяет совершенствовать технику движения. Выворотность ног зависит от двух важных факторов. Во-первых, от строения тазобедренного сустава. Во-вторых, от строения ног будущего танцовщика. При определении выворотности ног следует обращать внимание:

- на строение тазобедренного сустава – на степень податливости ног, т. е. на способность всей ноги (бедро, голени и стопы) занять выворотное положение;
- на возможность развития выворотности ног, исходя из наличия активной и пассивной выворотности ног;
- на чрезмерное переразгибание в коленных суставах (резко выраженные X-образные ноги), что иногда обуславливается слабостью связочно-мышечного аппарата и отрицательно сказывается на занятиях хореографией.

Тесты для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра:

1. Лежа на животе (подбородок касается пола) согнуть ногу и с помощью рук постараться коснуться пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.
2. Сидя на полу, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.
3. Сидя на полу, согнуть ноги в коленях, соприкасаясь ступнями так, чтобы колени касались пола.

Подъем стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Стопа является опорой тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, способствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжке. Подъем стопы – это ее изгиб вместе с пальцами. Форма подъема зависит от строения стопы и эластичности ее связок. Различают три формы подъема стопы: высокий, средний и маленький.

Тесты для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы:



1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью опоры и голенью составляет  $45^{\circ}$ – $55^{\circ}$ .
2. Встать лицом к станку и опереться руками. Отставить выпрямленную ногу как можно дальше назад, не отрывая пятку от пола. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять  $50^{\circ}$ – $60^{\circ}$ .
3. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Высота балетного шага определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед, назад. После проверки величины пассивного шага, произведенной с посторонней помощью, проверяется активный шаг – это способность поднять ногу самостоятельно. Критерием в данном случае служит высота, на которую испытуемый может поднять ноги: для мальчиков норма не ниже  $90^{\circ}$ , для девочек – выше  $90^{\circ}$ . Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Тесты для определения растяжки и оценки танцевального шага:

1. Стоя у палки поднять одну ногу в сторону в «шпагат». Опорная нога должна быть выворотной, обе ноги натянуты.
2. Стоя лицом к палке кидать выворотную и выпрямленную ногу назад.
3. Стоя лицом к палке положить одну ногу на нее выворотной, опорная нога выворотная и выпрямленная, спина прямая. Съезжать ногой по палке, при этом надо бедра держать на одной линии с телом.

Гибкость тела – показатель пластичности тела артиста, придает танцу выразительность, способствуя тем самым созданию сценического образа. Гибкость тела определяется величиной прогиба испытуемого вперед и назад. Гибкость корпуса зависит от гибкости позвоночного столба. Степень же подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

Тесты для оценки гибкости позвоночника:

1. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед, опустив руку вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.
2. Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 см. друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
3. Лежа на животе с закрепленными стопами, прогнуться, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10 – 20 см.

Прыжок придает танцу необходимые для него качества: легкость, воздушность, полетность, и поэтому является его важной составной частью. Проверяется высота прыжка. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Обращается внимание на эластичность ахиллового сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. Для прыжка важно умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы.

#### Уровни танцевальных физических данных

Параметры	Высокий	Средний	Низкий
Осанка	Хорошая осанка	Не очень хорошая осанка	Плохая осанка
Выворотность	Отличная выворотность (в бедрах, голени и стопах)	Выворотность в 2 из 3 суставов	Выворотность в 1 из 3 суставов
Танцевальный шаг	Танцевальный шаг от 120°	Танцевальный шаг 90°	Танцевальный шаг ниже 90°
Подъем стопы	Высокий подъем стопы	Средний подъем	Низкий подъем
Гибкость	Очень хорошая гибкость	Не очень хорошая гибкость	Плохая гибкость
Прыжок	Легкий высокий прыжок	Легкий средний прыжок	Нет прыжка

#### Приложение 8

#### Карта наблюдения «Движения народного танца»

ФИО ребенка	Положения рук	Поклон в характере русского народного танца	Припадание	Притоп простой, двойной, тройной	Приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук	Приставной шаг в паре	Движение «елочка»	Движение «ковырялочка»	Уровень
1.									
2.									
3.....									

#### Критерии:

высокий уровень - четкое выполнение движений в характере народного танца;

средний уровень - выполнение движений в характере народного танца с незначительными погрешностями. Допускает ошибки в исполнении отдельных элементов;

низкий уровень - движения в характере народного танца выполняются неправильно, с ошибками.

### Критерии оценивания исполнения танцевального номера

Параметры	Критерии
Актерские способности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание замысла хореографического произведения;</li> <li>- пластичность;</li> <li>- музыкальность;</li> <li>- воображение</li> </ul>
Исполнительское мастерство	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проученность движений;</li> <li>- ритмический рисунок;</li> <li>- музыкальность, синхронность;</li> <li>- эмоциональность, контакт со зрителем;</li> <li>- владение сценическим пространством</li> </ul>

### Диагностика творческих способностей

(из опыта работы А.Б. Липской)

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий и исполнения танцевального номера по следующим параметрам.

Музыкальность — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.

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.

Творческие проявления — умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Внимание — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.

Память — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная.

