

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 44 «Золушка» Старооскольского городского округа

**РАССМОТРЕНА:**

на заседании методического  
объединения  
МБДОУ ДС №44 «Золушка»  
протокол от «17» августа 2023г.  
№ 1

**ПРИНЯТА:**

на заседании педагогического  
совета  
МБДОУ ДС №44 «Золушка»  
протокол от «18» августа 2023г.  
№ 1

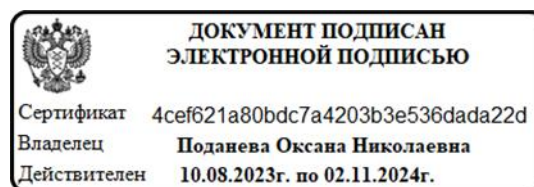
**УТВЕРЖДЕНА:**

приказом заведующего  
МБДОУ ДС № 44 «Золушка»  
от «21» августа 2023г.  
№ 146

**Дополнительная (адаптированная) общеобразовательная программа  
по хореографии «Танцевальный серпантин»**

возраст воспитанников 4-7 лет  
(в том числе для детей с тяжелыми нарушениями речи 5-7 лет)  
срок реализации – 9 месяцев

Автор –  
составитель:  
Трефилова Татьяна Дмитриевна,  
педагог дополнительного образования



Старый Оскол, 2023

### Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа художественно-эстетической направленности «Танцевальный серпантин» (далее – АДОП) составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства от 04.09.2014 г. №1726-р); примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 11.12.2006г. №06-1844); порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Минобрнауки России от 29.08.2013г. №1008).

АДОП имеет художественно-эстетическую **направленность**. В основу АДОП легла программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.

АДОП направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учетом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребенком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях.

**Новизна ДОП** заключается в использовании нетрадиционных видов упражнений: игроритмика, игрогимнастика, игропластика, игротанцы и игры-путешествия. Упражнения подаются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников, а также воспитанников с тяжелыми нарушениями речи.

**Актуальность ДОП** определяется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии.

**Педагогическая целесообразность ДОП** заключается в том, что использование инновационных методик в работе с детьми создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, требуемый уровень выполнения заданий. Способствует развитию у детей мышечной силы, гибкости, выносливости и координации движений; чувства ритма, музыкального слуха, памяти и внимания; выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений. Дети легче запоминают и усваивают движения, повышается эмоциональный фон занятия. Всё это в комплексе даёт положительную динамику в развитии, воспитании и образовании детей.

АДОП направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевальной выворотности, танцевального шага и т. п.

Содержание АДОП основано на обширном материале и реализуется через игровые ситуации, такие как игроритмика, игрогимнастика, игротанец, игропластика. АДОП обеспечивает доступность образовательной деятельности детям. Все это составляет **отличительную особенность ДОП**.

**Цель ДОП:** содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-ритмичной гимнастики.

#### **Задачи:**

1. Укреплять здоровье:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
  - формировать правильную осанку;
  - содействовать профилактике плоскостопия;
  - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.
2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
  - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
  - формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
  - развивать ручную умелость и мелкую моторику.
3. Развивать творческие и созидательные способности воспитанников:
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
  - формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;
  - воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
  - развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

### **Возрастные особенности ребенка**

#### **Возраст от 4 до 5 лет**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

#### **Возраст от 5 до 6 лет**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

#### **Возраст от 6 до 7 лет**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

#### **Возраст от 5 до 7 лет детей с тяжелыми нарушениями речи**

Тяжелые нарушения речи находят свое отражение в психической деятельности детей, что проявляется в нарушении познавательной, эмоционально-волевой сферы личности, а также межличностных отношениях. Дети с нарушениями речи отличаются пониженной наблюдательностью, вниманием, неумением вслушиваться в инструкцию, низкой переключаемостью, координацией, что сказывается на протекании их двигательных актов.

Работа педагога направлена на развитие двигательного аппарата, навыков музыкально-ритмического движения, творческих способностей и коммуникации.

**Возраст детей, участвующих в реализации АДОП** дети (4-7 лет) воспитанники средних, старших и подготовительных групп детского сада. Условия набора: запрос родителей (законных представителей).

**Срок реализации АДОП** - 9 месяцев в форме очного обучения.

Продолжительность обучающих занятий - **36 недель в год.**

Общее количество часов освоения Программы - **36 часов.**

Обучение проводится в форме групповых занятий (от 10 до 15 детей).

Занятия проводятся из расчёта 2 раза в неделю. Рекомендуемая продолжительность занятия:

- в средних группах (дети 4-5 лет) – 20 минут.
- в старших группах (дети 5-6 лет) – 25 минут.
- в подготовительных группах (дети 6-7 лет) – 30 минут.

#### **Методы обучения:**

- **Игроритмика** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.
- **Игроритмика** служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков,

необходимых при дальнейшей работе. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, дыхательные, упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.

- **Игротанцы** направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, ритмические танцы.
- **Танцевально-ритмическая гимнастика** представлены образно – танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи.
- **Игропластика** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений, выполняемые в игровой сюжетной форме.
- **Пальчиковая гимнастика** служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.
- **Музыкально-подвижные игры** содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.
- **Игры – путешествия (или сюжетные занятия)** включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.
- **Креативная гимнастика** предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

#### **Целевые ориентиры:**

- исполняет ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, и двигательные задания по креативной гимнастике;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- умеет хлопать и топтать в такт музыки, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- хорошо ориентируется в зале при проведении музыкально – подвижных игр и умеют представить различные образы;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 44 «Золушка» Старооскольского городского округа

- владеет навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- передает характер музыкального произведения в движении;
- выполняет специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

**Формы подведения итогов и контроля**

Педагогический анализ (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае).

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

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий «Определение уровня танцевального и психомоторного развития детей» по методике А.И. Бурениной.

**Формы подведения итогов реализации АДОП:**

- традиционное занятие;
- практическое занятие;
- игра;
- творческая встреча;
- репетиция;
- концерт.

**Учебно-тематический план средней группы (4-5 лет)**

№ п/п	Наименование тем	Теорет. часы	Практич. часы	Всего часов
1.	Вводное	1	1	2
2.	История танца	2	5	7
3.	Музыка и движение	2	6	8
4.	Пространство и движение	2	6	8
5.	Игра и танец	3	5	8
6.	Музыкальный слух, темп, ритм	2	5	7
7.	Пластика движения	2	6	8
8.	Рисунок танца. Пространственное перестроение	2	6	8
9.	Танцевальное творчество и воображение	2	6	8
10.	В мире танца и музыки	2	6	8
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>72</b>

**Учебно-тематический план старшей группы (5-6 лет)**

№ п/п	Наименование тем	Теорет. часы	Практич. часы	Всего часов
1.	Вводное	1	1	2
2.	Пространство и движение	2	5	7
3.	Музыкальная грамота	2	6	8
4.	Этюды	2	6	8

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 44 «Золушка» Старооскольского городского округа

5.	Играя, танцуем	3	5	8
6.	Азбука классического танца	2	5	7
7.	Правила положения корпуса на сцене	2	6	8
8.	Правила положения корпуса на сцене	2	6	8
9.	Танцы-фантазии	2	6	8
10.	Ритмопластика	2	6	8
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>72</b>

**Учебно-тематический план подготовительной к школе группы (6-7 лет)**

№ п/п	Наименование тем	Теорет. часы	Практич. часы	Всего часов
1.	Вводное	1	1	2
2.	Музыка и движение	2	5	7
3.	Построение – перестроение	2	6	8
4.	Рисунок танца	2	6	8
5.	Классический экзерсис на середине зала	3	5	8
6.	Народные танцы	2	5	7
7.	Бальные танцы	2	6	8
8.	Азбука бальной хореографии	2	6	8
9.	Историко-бытовые танцы	2	6	8
10.	Повторение пройденного	2	6	8
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>72</b>

**Содержание учебного плана**

Каждое занятие делится на теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть представляет собой процесс знакомства с новыми лексическими единицами и речевыми образцами. Теоретическая часть не должна превышать 30% отведенного на занятие времени.

Практическая часть – это смена различных видов деятельности, направленных на закрепление лексических единиц и речевых образцов английского языка. Практическая часть составляет не менее 60 % отведенного на занятие времени.

## Содержание Программы

### Средняя группа (4-5 лет)

#### 1.Тема: «Вводное занятие»

##### Теория

Педагог знакомит с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

##### Практика

Движения на согласование с музыкой:

- ходьба: бодрая, спокойная, на носках, на пятках, вперед и назад спиной, высокий шаг в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
- бег – легкий, широкий (волк), острый;
- прыжковые движения с продвижением вперед, прямой галоп, поскоки

#### 2.Тема: «История танца».

##### Теория

Рассказ об истории происхождения танцевального искусства. Что означает термин хореография. Виды танца. Танцы народов мира.

##### Практика

Строевые упражнения и общеразвивающие упражнения:

- построение в шеренгу и в колонну;
- перестроение в круг;
- бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;
- перестроение из одной шеренги в несколько;
- перестроение «расческа».

#### 3.Тема: «Музыка и движение».

##### Теория

Музыкальный размер: 3/4 и 4/4.

Характер музыки: быстрая – медленная; веселая – грустная. Форма музыки: вступление, фраза, заключение. Вариации в музыке, реприза (повторяемость).

##### Практика

Игры на характер размер музыки:

- 1.«Медведи и медвежата»
- 2.«Пингвины»
- 3.«Раки» (спиной назад)
- 4.«Бежим по горячему песку» (острый бег)
- 5.«Слоны»
- 6.«Гуси и гусеницы»
- 7.«Белки» (прыжки)
- 8.«Зайцы» (поскоки)
- 9.«Лошадки» (прямой галоп)
- 10.«Лягушата»

#### 4.Тема: «Пространство и движение».

##### Теория

Рассказ о построениях, направлении движения, построениях.

##### Практика



**Основные построения:**

колонна, круг, хоровод, цепочка, шеренга, диагональ и т. д. Направления движения: линия танца, против линии танца, по диагонали, из кулисы в кулисы, змейка, через середину на зрителей, к центру, от центра. Композиционные построения: кружочки, змейка(1), круг, парами по кругу, две шеренги, концентрические круги.

**5.Тема: «Игра и танец».**

**Теория**

Рассказ о животных, правильности исполнения упражнений.

Что такое образ? Образы животных: лиса, заяц, цапля, медведь и т. д.

**Практика**

1.«Звереритмика» - движения имитирующие повадки зверей, птиц в соответствии с четверостишиями.

2. Стихотворения: птенцы, птичка, ветер, посмотри, дождик, шарик и т. д.

3. Разминка для рук: сжатие кулака, взять-бросить, когти, цветочек, рыбка, буратино, часики и т. д.

4. Музыкально-сценические этюды: бабочка, барабанчики, рост цветка, снежинки и т. д.

**6. Тема: «Музыкальный слух, темп, ритм».**

**Теория**

Знакомство детей с понятием – музыкальная фраза. Рассказ о том, что на каждый характер музыки нужно двигаться в определенном ритме и темпе.

**Практика**

- игры на определение динамики музыкального произведения;

- игры для развития ритма и музыкального слуха;

- подвижные игры;

- игры-превращения;

**7. Тема «Пластика движения».**

**Теория**

Рассказ о пластичности и изяществе движения. Как достигается пластика и грациозность движений.

**Практика**

-группировка в положении лежа и сидя;

- перекаты вперед-назад;

- сед ноги врозь широко; растяжка ног;

- упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях.

**8.Рисунок танца. Пространственное перестроение.**

**Теория**

Понятие о пространственных перестроениях: линия, колонна, круг. Зачем нужен рисунок танца. Что означает круг в танце?

**Практика**

Строевые упражнения и общеразвивающие упражнения:

-построение в шеренгу и в колонну;

- перестроение в круг;

- бег по кругу и по ориентирам «змейкой»;

- перестроение из одной шеренги в несколько;

- перестроение «расческа».

**9. Тема: «Танцевальное творчество и воображение».**

**Теория**

Рассказ о том, что музыка вдохновляет человека, пробуждает в нем разные чувства, «рисует» разные представления и образы. Возникшие образы, представления, чувства можно передать через разные движения танцевального искусства.

**Практика**

Упражнения, направленные на развитие выдумки; воображения творческой инициативы.

**10. Тема: «В мире танца и музыки».**

**Теория.**

Знакомство детей с понятием как выступление перед зрителем. Что такое концерт, концертная программа, подготовка к концерту.

**Практика.**

1. Движение. Танец «Большая прогулка»
2. Разминка перед конкурсом.
3. Конкурс «Бальные танцы»
4. Конкурс «Полька»
5. Конкурс «Народные танцы»
6. Конкурс «Ай, да я!»
7. Подведение итога

**Старшая группа (5-6 лет)**

**1. Тема: «Вводное занятие».**

**Теория**

Знакомство с детьми. Правила техники безопасности и поведения во время занятий.

**Практика**

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

1. Хлопки на каждый счёт и через счёт.
2. Удары ногой на каждый счёт и через счёт.
3. Шаг на каждый счёт и через счёт.
4. Хлопки с 5.паузами.
6. Притопы с паузами.
7. Притопы и хлопки с паузами.
8. На каждый счёт поднимать руки.
9. На каждый счёт хлопают в ладоши.
10. Воспроизведение динамики звука.
11. Движения руками в разном темпе.

## **2.Тема: «Пространство и движение.**

### **Теория**

Знакомство детей с разнообразием рисунка танца, правильности исполнения.

### **Практика**

Направление движения: через середину к заднику, на зрителей, через середину слева направо и наоборот, противоходы в кругах, колоннах, противоходы в цепочках, гребенка. Композиционные построения: в рассыпную, змейка(2), парами в шеренгах, открытый треугольник, полукруг, клин и т. д.

## **3.Тема: «Музыкальная грамота».**

### **Теория**

Повторение и закрепление о такте, ритме музыкально произведения. Что такое музыкальная фраза?

### **Практика**

- игры на определение динамики музыкального произведения;
- игры для развития ритма и музыкального слуха;
- подвижные игры;
- игры-превращения;

## **4.Тема: «Этюды».**

### **Теория**

Формы русского танца: хоровод, пляска, перепляс, кадрили. Манера исполнения.

### **Практика**

Упражнения на развитие внимания, памяти, исполнительского навыка, координации движений и т. д.

- 1.Матрешки.
2. Петушок.
3. Лошадки.
4. Петрушки.
- 5.Буратино и т. д.

## **5. Тема: «Играя - танцуем».**

### **Теория**

Игры и упражнения с предметами, позволяющие подчеркнуть характер, настроение, позволяющие раскрыть образное содержание.

### **Практика**

1. Мяч.
2. Платок.
3. Шарф.
4. Лента.
5. Шары.
6. Прыгалки и т. д.

## **6. Тема: «Азбука классического танца».**

### **Теория**

Рассказ о классическом танце и истории его происхождения, правильности исполнения движений. Понятие осанка. Постановка корпуса. Положения головы. Поклон-приветствие. Позиции ног – VI.

### **Практика**

Поклон. Постановка корпуса и головы. Позиции рук: I, II, III, подготовительная. Позиции ног: I, II, III, VI. Port de bras I, II.

**7-8.Тема: «Правила положения корпуса на сцене».**

**Теория**

Поза исполнителя. Зритель и исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.

**Практика**

- 1.Положение корпуса в анфас.
- 2.Положение корпуса по диагонали.

**9.Тема: «Танцы-фантазии».**

**Теория**

Рассказ об эмоциональной выразительности и артистичности на сцене.

**Практика.**

Сюжетное занятие «Приходи, сказка!»

1. Подготовка к путешествию
2. «Королевство Крокодила Гены»
3. «Королевство лилипутов»
4. Прощание со сказочными героями
5. Подведение итога.

**10.Тема: «Ритмопластика».**

**Теория**

Рассказ об особенностях растяжки и правилах безопасного выполнения упражнений.

**Практика.**

Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы. Ритмический танец «Веселая разминка»

**Подготовительная группа (6-7 лет)**

**1.Тема: «Вводное занятие»**

**Теория**

Беседа с детьми о танцевальной программе на учебный год.

**Практика**

- 1.Разминка
- 2.Комплекс общеразвивающих упражнений

**2.Тема: «Музыка и движение»**

**Теория**

Сильные и слабые доли такта.

**Практика**

Выполнение ритмичных упражнений под различные музыкальные сопровождения.

**3.Тема: «Построение – перестроение»**

**Теория**

Беседа с детьми о разновидностях рисунка танца. Знакомство с новыми видами рисунка в хореографии: внешний круг, внутренний круг, линия танца по кругу,

**Практика**

Исполнение движений в лирическом исполнении во внешнем и внутреннем кругах.

**4.Тема: «Рисунок танца»**

**Теория**

Беседа с детьми о разновидностях рисунка танца. Знакомство с новыми видами рисунка в хореографии: внешний круг, внутренний круг, линия танца по кругу,

### **Практика**

- построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)
- Различие динамики звука «громко - тихо»
- На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру.

### **5.Тема: «Классический экзерсис на середине зала».**

#### **Теория**

Методика исполнения движений.

#### **Практика**

1.Разминка.

2.Упражнения на середине зала:

Plie, Battement tentu, Battement tendu jete, Rond de jambe parter. Passe, наклоны корпуса в сторону, назад, Releve lent, Grand battement jete, Porte bras.

### **6.Тема: «Народные танцы».**

#### **Теория**

Рассказ о народах, его традициях, быте.

#### **Практика**

Ритмичные упражнения под различные музыкальные сопровождения.

Русские танцы.

- 1.«Танец с хлопками»;
- 2.Русский народный танец «Круговая кадриль»
- 3.«Русский хоровод»
- 4.Хоровод «Матушка – Россия».

### **7.Тема: «Бальные танцы»**

#### **Теория**

Расширять знания детей в области хореографического искусства. Познакомить с историей бального танца.

#### **Практика.**

- 1.«Большая прогулка»
2. «Московский рок»
- 3.«Полька тройками»,

### **8.Тема: «Азбука бальной хореографии».**

#### **Теория**

Понятие о бальных танцах.

#### **Практика**

1. Элементы польки: основной ход, подскоки, повороты, галопы и т. д.
2. Элементы вальса: вальсовая дорожка, раскачивание.
3. Детский бальные танцы «Спенк», «Тайм – степ», «Ча-ча-ча»,

### **9.Тема: «Историко-бытовые танцы».**

#### **Теория**

Понятие о историко-бытовых танцах.

#### **Практика**

Сюжетное занятие «В гостях у трех поросят»

1. Танцевально – ритмическая гимнастика

2. Общие развивающие упражнения
3. Эстафеты
4. Историко-бытовой танец «Полонез», «Самба».
5. Подведение итога

#### **10.Тема: «Повторение пройденного».**

##### **Теория**

Рассказ об образе исполнения танцевальных композиций на сцене, о передаче зрителю сюжета, смысла и выразительности исполнения танца.

##### **Практика**

1. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»
2. Танцевальные шаги
3. Прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад
4. Ритмический танец. «Шуточный рок-н-ролл»
5. Музыкально – подвижная игра «Горелки»

#### **Условия реализации АДОП**

К условиям реализации АДОП относится организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря на занятиях. Техническое оснащение занятий используемый в танцевально-ритмической гимнастике инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

АДОП включает в себя комплекс специально разработанных игр, упражнений и танцевальных элементов, основанных на классическом, народном и современном стиле. Репертуар программы отражен в комплексно-тематическом плане.

В реализации АДОП участвуют педагоги дополнительного образования, которые имеют высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Педагог дополнительного образования должен знать: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребёнка; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности; методику поиска и поддержки молодых талантов; содержание учебной программы, методику и организацию дополнительного образования детей, научно-технической, эстетической, туристско-краеведческой, оздоровительно-спортивной, досуговой деятельности; программы занятий кружков, секций, студий, клубных объединений; деятельность детских коллективов, организаций и ассоциаций; методы развития мастерства; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода, методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта

с обучающимися, воспитанниками, детьми разного возраста, их родителями, лицами, их заменяющими, коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; технологии педагогической диагностики; основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правила по охране труда и пожарной безопасности.

### **Методическое обеспечение**

В процессе работы по данной АДОП используются информационно-методические материалы:

1. Подборка информационной и справочной литературы;
2. Сценарии массовых мероприятий и игровых занятий, разработанных для досуга воспитанников;
3. Наглядные пособия (карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; положение рук, ног, корпуса);
4. Диагностические методики для определения уровня знаний, умений и творческих способностей детей;
5. Новые педагогические технологии в образовательном процессе (сотрудничество педагога с воспитанниками, создание ситуации успешности, взаимопомощи в преодолении трудностей – активизация творческого проекта).

### **Материально-техническое обеспечение АДОП:**

- отдельный кабинет;
- флажки 3 – 4-х цветов по числу детей в группе;
- ленты разных цветов по 2 на ребенка;
- платочки разных цветов (размер 20-25 см);
- цветы небольшие нежных оттенков;
- погремушки по числу детей в группе;
- обручи легкие пластмассовые;
- шнур яркий длиной 3-4 метра;
- мячи среднего размера по числу детей в группе;
- музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник);
- гимнастические палки большие и маленькие;
- куклы и мягкие игрушки;
- скакалки;
- фитболы.

**Список литературы:**

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