

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №37 «Колокольчик»

РАССМОТРЕНО: на заседании методического совета Протокол № 4 от «25» апреля 2024г.	УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ №37 «Колокольчик» И.Г. Соколова
	Подписано электронной подписью Сертификат: 448004091BB3E774A41474452F1EB98B3DF0BC59 Владелец: Соколова Ирина Григорьевна Действителен: 26.07.2023 с по 26.10.2024 Приказ № ДС37-11-150/4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»**

Срок реализации: 2 учебных года

Возраст обучающихся: 5-7 лет

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
МБДОУ №37 «Колокольчик»

Название дополнительной общеразвивающей программы (ДОП)	Дополнительная общеразвивающая программа «Ритмическая мозаика»
Направление образовательной деятельности по ДОП	Программа художественной направленности
Цель, задачи ДОП	Цель: углубление и дифференциация восприятия музыки, ее образов и формирования. на этой основе у детей дошкольного возраста навыков выразительного движения. Задачи: - формирование красивой осанки, - навыков выразительного движения, - развитие творческих способностей, - развитие музыкального слуха, чувство ритма, музыкального кругозора.
Возраст детей, подлежащих обучению по ДОП	5-7 лет
Сроки реализации ДОП	<i>Учебный период (сентябрь-май)</i>
Форма образовательной деятельности по ДОП	<i>Групповая (5-9 чел.)</i>
Количество занятий с детьми в неделю	<i>Кол-во занятий по ДОП</i> 2 раза в неделю
Продолжительность занятий по ДОП (по возрастам), мин.	<i>Продолжительность занятия по ДОП</i> 5-7 лет 30 мин
Наличие условий для реализации ДОП:	Холл второго этажа
- кадровые условия	Педагог дополнительного образования
- развивающая предметно-пространственная среда - специально оборудованное помещение (учебная зона в помещении)	Развивающая предметно - пространственная среда оборудована наглядно иллюстративным материалом, картотекой музыкально-дидактических игр, комплектом дисков, музыкальными инструментами, раздаточным материалом (флажки, цветы, листочки, ленточки и т.д)
- учебно-методический комплект	В музыкальном зале имеется учебно-методический комплект по всем направлениям музыкальной деятельности (руководство для педагога)

1. Пояснительная записка

В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Движение и музыка одновременно влияют 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. Воспитанник 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.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

Цель программы:

Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

Образовательные:

- Расширение знаний детей об окружающей действительности.
- Приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах.
- Побуждение к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений.

- Формирование навыков основных танцевальных движений: прямой и боковой галоп, приставной шаг, шаг с притопом, тройной шаг, шаг на внутренней и внешней стороне стопы, пружинка с поворотом, выбрасывание ног в прыжке, подскок через прыжок - присядка, дробный шаг в разных вариантах.
- Развитие динамического слуха, чувства ритма, темпа, координации и свободы движения, ориентировку в пространстве.

Воспитательные:

- Развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных качеств.
- Формирование общей культуры личности ребенка, способностей ориентироваться в современном обществе.
- Формирование нравственно-эстетических отношений между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству.
- Развитие творческой самостоятельности в создании художественного образа танца.
- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.

Оздоровительные:

- Укрепление здоровья детей.

Программа рассчитана на 2 года для детей с 5 до 7 лет. Первый год обучения с 5-6 лет (старшая группа) и второй год обучения с 6-7 лет.

На первом году обучения основной учебной деятельностью становятся элементы классического и народного танца. Элементы сценического танца необходимы, как средство развития танцевальности, исполнительского мастерства и концертной деятельности.

На втором году обучения дети продолжают развивать навыки в народном и классическом танцах, а также знакомятся с эстрадным танцем, его направлениями, такими как рок-н-ролл, чарльстон. Дети не только знакомятся с элементами современного танца, но и учатся эмоциональной выразительности посредством движений.

Занятия проходят:

- 5 – 7 лет – 30 мин., 2 раза в неделю.

Условия реализации программы

Музыкально – ритмические навыки и навыки выразительного движения активно усваиваются на дополнительных занятиях – занятиях танцевального кружка. Местом проведения танцевального кружка является музыкальный зал. В котором имеется

фортепиано и магнитофон. Для успешной реализации обучения воспитанники должны иметь следующую форму:

- Для девочек: чешки или балетки, футболка с короткими рукавами, юбочка выше колена, носочки.

- Для мальчиков: чешки, носки, футболка с короткими рукавами, шорты.

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д.

Для достижения цели дополнительной образовательной программы необходимо опираться на следующие **основные принципы**:

- **наглядность** – демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- **доступность** – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- **систематичность** – регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- **индивидуальный подход** – учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- **увлеченность** – каждый должен в полной мере участвовать в работе;
- **сознательность** – понимание выполняемых действий, активность.

Программа состоит из отдельных тематических блоков. На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

Оценка деятельности воспитанников даётся на отчётных мероприятиях в рамках программы работы детского сада, проводимых в течение года.

Предполагаемый результат:

По итогам освоения программы планируется достижение следующих результатов:

1 год обучения:

Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения упражнений классического танца;
- названия и правила выполнения упражнений народного танца;
- названия и правила выполнения портерного экзерсиса;
- правила поведения в музыкальном зале;
- правильно дышать;
- координировать простейшие танцевальные движения;
- различать танцевальную музыку, акцентировать сильную долю.

2-й год обучения:

Дети должны знать и уметь:

- названия и правила выполнения элементов современного танца;
- названия и правила выполнения европейского танца – вальс;

- координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве музыкального зала;
- уметь выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку;
- правила поведения в музыкальном зале.

Учебно–тематическое планирование 5-6 лет

№ п/п	Тема занятий	Кол-во занятий	Месяц проведения занятий
1	«Встанем дети в круг»	8	Сентябрь
2	«Осенняя прогулка»	8	Октябрь
3	«В гостях у Белоснежки»	8	Ноябрь
4	«Лесные приключения»	8	Декабрь
5	«Из бабушкиного сундука»	8	Январь
6	«Путешествие в сказку»	8	Февраль
7	«Мы собираемся на балл	8	Март
8	«На встречу к солнцу»	8	Апрель
9	«Веселая карусель»	8	Май
	Итого занятий:	72	

Учебно–тематическое планирование 6-7 лет

№ п/п	Тема занятий	Кол-во занятий	Месяц проведения занятий
1	«Вместе с другом»	4	Сентябрь
2	«Танец цыплят»	4	Сентябрь
3	Танец «Кадриль»	8	Октябрь
4	Танец «Краковяк»	8	Ноябрь
5	«Танец с гирляндами»	8	Декабрь
6	«Восточная сказка»	8	Январь
7	Танец «Широкая река»	8	Февраль
8	«Танец детства»	4	Март
9	«Рок-н-ролл»	4	Март
10	«Чарльстон»	8	Апрель
11	Танец «Вальс»	8	Май
	Итого занятий:	72	

Календарно - тематическое планирование 5-6 лет

№ п/п	Тема занятий	Кол-во минут		Сроки проведения занятий
		теория	практика	
1	«Вместе с другом»	9мин	21 мин	Сентябрь

2	«Танец цыплят»	9мин	21 мин	Сентябрь
3	Танец «Кадриль»	9мин	21 мин	Октябрь
4	Танец «Краковяк»	9мин	21 мин	Ноябрь
5	«Танец с гирляндами»	9мин	21 мин	Декабрь
6	«Восточная сказка»	9мин	21 мин	Январь
7	Танец «Широкая река»	9мин	21 мин	Февраль
8	«Танец детства»	9мин	21 мин	Март
9	«Рок-н-ролл»	9мин	21 мин	Апрель
10	«Чарльстон»	9мин	21 мин	Май

Календарно - тематическое планирование 6-7 лет

№ п/ п	Тема занятий	Кол-во минут		Сроки проведения занятий
		теория	практика	
1	«Встанем дети в круг»	7мин	18 мин	Сентябрь
2	«Осенняя прогулка»	7мин	18 мин	Октябрь
3	«В гостях у Белоснежки»	7мин	18 мин	Ноябрь
4	«Лесные приключения»	7мин	18 мин	Декабрь
5	«Из бабушкиного сундука»	7мин	18 мин	Январь
6	«Путешествие в сказку»	7мин	18 мин	Февраль
7	«Мы собираемся на балл	7мин	18 мин	Март
8	«На встречу к солнцу»	7мин	18 мин	Апрель
9	«Веселая карусель»	7мин	18 мин	Май

Календарно – тематическое планирование

1 год обучения

Месяц	Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
Сентябрь, октябрь	Вводное занятие	«Встанем, дети, в круг»	Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую» Танец «Кадриль, моя» (шаг с носка, легкий бег, "ковырялка", притопы, хлопки, кружения, приставные шаги с приседанием) Танец-игра «Ку-чи-чи» Игра «Скорый поезд» Игра «Давайте потанцуем»	- Формировать общую культуру личности ребенка; - вспомнить, закрепить материал прошлого года. - Формировать интерес к занятиям. - закрепить материал прошлого года. - Развить музыкальный слух и чувства ритма. - научить импровизировать. - Развить умение детей пере-страивать с одного темпа музыки на другой. - Учить строить рисунки танца. - развить воображение, фантазию. - закрепить материал прошлого года.	-беседа. - импровизация. - инструкция. - объяснение.

	Музыкально-ритмические движения	«Осенняя прогулка»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.) Разминка «В осеннем парке» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - научить ориентироваться в видах танцевальных мелодий (вальс, марш, полька.) - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. - развить чувство ритма. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - объяснение. - показ. - импровизация. - инструкция.
--	--	--------------------	---	---	--

			Шаг на полупальцах, приставные шаги, переменный шаг в сторону, подскоки, галоп, хлопки в разных ритмических рисунках, притопы. Танец «Капризный зонтик» Игра «Музыкальные змейки» Игра «Заколдованный лес» Игра «Веселые капельки» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
--	--	--	---	---	--

Ноябрь	Музыкально ритмические движения, элементы марша	«В гостях у Белоснежки»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг на пятках, приставные шаги, галоп, подскоки. Перестроения – круг, диагонали, квадрат, четыре колонны.) Разминка «Гномики» (голова – повороты в стороны, наклоны вперед, в стороны, полукруг. Плечи – поднимание вверх и опускание вниз, круговые движения. Руки – круговые движения кистями рук, сгибание и разгибание в локтевом суставе, поднимание и опускание прямых рук. Корпус – наклоны в стороны, вперед, повороты, «штопор». Ноги – топающий шаг на месте, поочередное поднимание пятки, «пружинка», приставные шаги. Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте.) Хлопки, притопы в разных ритмических рисунках, синкопа, прыжки по ритмическим рисункам, галоп в паре, движение	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. - продолжать знакомить детей с динамическими оттенками музыки (форте, пиано). - формировать правильную осанку.	- инструкция. - показ. - объяснение. - импровизация.
--------	---	-------------------------	---	---	---

			«пятка носок» с наклоном корпуса, подскоки в повороте. Танец «Есть на свете гномики» Игра «Строим дом для гномиков» Игра «Ведьма и Белоснежка» Игра «На лужайке» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	
--	--	--	--	--	--

Декабрь	Музыкально-ритмические движения, элементы русского хоровода	«Лесные приключения»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный в сторону. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», полукруг, «прочес», круг.) Разминка «Лесные звери» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, поочередное поднятие и опускание рук – талия, плечи, вытянуть вверх. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – притопы – одинарный, двойной, тройной. Поднятие колен, полу присядка, «пирамидка». Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, с поджатыми ногами.)	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - научить передавать заданный образ. - развить артистичность и воображение.	- инструкция. - объяснение. - показ. - инструкция. - импровизация.
---------	---	----------------------	---	---	--

		Переменный шаг вперед, простая дробная дорожка, плавные движения руками, переступания с легким ударом каблука. Хоровод «Лебедушки» Игра «На лесной полянке» Игра «Вдоль пруда» Игра «Жучок-паучок» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- научить слушать музыку, ее характер, темп. - научить импровизировать. - развить умение «держат» круг и интервалы. - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	
--	--	---	--	--

Январь	Русский народный танец	«Из бабушкиного сундучка»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения – круг, две колонны, две змейки, «прочес», полукруг, четыре колонны.) Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - закрепить пройденный материал. - развить музыкальность, чувство ритма - научить ориентироваться в пространстве. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - объяснение. - показ. - импровизация.
--------	-------------------------------	---------------------------	---	--	---

			шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка». Танец «Бабушкин сундучок Игра «Кто запомнил лучше всех» Игра «Тик - так» Игра «Шары и пузыри» Партерная гимнастика — упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
--	--	--	--	---	--

Февраль	Историко – бытовой танец.	«Путешествие в сказку» Полька.	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, топающий шаг, переменный шаг, галоп, подскоки. Перестроения – змейка, круг, две колонны, четыре колонны, полукруг, «прочес», диагонали, полукруг.) Разминка «Поле чудес» (Голова – повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднятие и опускание, «по три с паузой по очереди», круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения кистями, в локтевом суставе, прямых рук. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – отрывистый шаг на месте с носка на пятку, поднятие колен, вытягивание и сокращение стопы, «пирамидка». Шаг польки, галоп, поскоки, положения в парах, перестроения в парах, кружения.	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям русского танца. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить координацию движений. - развить артистичность. - закрепить позиции рук, ног, положение рук на талии. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - объяснение. - показ.
---------	----------------------------------	-----------------------------------	---	--	--

			Танец «Полька Танец-игра «Джайв» Игра «Вот как мы умеем» Игра «Учитель и ученики» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
--	--	--	---	---	--

Март	Детский бальный танец	«Мы собираемся на бал» Вальс.	Маршировка - шаг полонеза. Перестроения – круг, диагонали, колонна, через одного на полукруг, «шторки», круг. Разминка «Мы собираемся на бал» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, вытягивание рук вперед – на талию, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) Вальсовая дорожка, балансе, правый поворот, переходы в парах. «Вальс цветов»	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Развитие воображения, фантазии, артистичности. - развить чувство ритма, музыкальность. - формировать правильную осанку.	- объяснение. - показ. - инструкция. - импровизация.
------	-----------------------------	----------------------------------	--	--	---

			Менуэт Игра «Мы пойдем сначала вправо» Игра «Расточек» Игра «Ласточки, петухи и воробьи» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей	
--	--	--	--	---	--

Апрель	Историко – бытовой танец	«Навстречу к солнцу» Полонез.	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - квадрат, диагональ, круг, колонна, полукруг, круг в круге.) Разминка «Весеннее настроение» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи – поочередное поднимание и опускание, круговые движения, поднимание «по три раза». Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поочередное поднимание пяток, поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, приставные шаги. Прыжки - по VI позиции ног, галоп в стороны,	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - развить чувство взаимопомощи, бережное отношение друг к другу. - развить чувство ритма, музыкальность.	- инструкция. - объяснение. - показ.
--------	---------------------------------	----------------------------------	--	--	--

			подскоки на месте, по VI – II позиции ног.) Игра «Доведи меня» Игра «Дождик» Игра «Повторяем движения» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- развить внимание и память - формировать правильную осанку. - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	
--	--	--	--	--	--

Май	Элементы эстрадного танца	«Веселая карусель»	Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг с носка на пятку и обратно, пружинящий шаг, галоп, подскоки, шаг польки. Перестроения - круг, квадрат, диагонали, два круга, «прочес», змейка, шахматный порядок.) Разминка «Карусельные лошадки» (Голова— повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи — поочередное поднятие и опускание, круговые движения, поднятие «по три раза». Руки — поднятие и опускание кисти, круговые движения прямыми руками, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус — наклоны, повороты. Ноги — поочередное поднятие пяток, поднятие на полупальцы с опусканием в плие, поднятие колен. Танцевальная композиция «Не детское время» Игра «Дискоотека» Игра «Раз, два»	- формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - научить перестраиваться из одного рисунка в другой. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить правильно исполнять движения. - научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - развить творческие способности ребенка. - развить моторику. - Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями. - формировать правильную осанку.	- инструкция. - объяснение. - показ. - импровизация.
-----	---	---------------------------	---	--	---

			Игра «Карусель» Партерная гимнастика – упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины, для правильного формирования стопы.	- повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. - укрепить здоровье детей.	
			Выступление на празднике «День защиты детей»		

2 год обучения

Ме сяц	Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы

Сентябрь	Вводное занятие	«Вместе с другом»	Ознакомление с хореографическим искусством Заинтересовать детей занятиями, расположить к себе Ритмика – повороты головы, наклоны головы, постановка корпуса, Наклоны вперёд, в сторону, назад Азбука классического танца - Demi – plie в I и II позиции Танцевальный этюд «Оловянные солдатики»- марш, перестроения. Игра – «Весёлые лошадки» Постановка – Знакомство с муз. мат. постановки, изучение основного хода и основных движений.	.- Формировать интерес к занятиям. - Формировать общую культуру личности ребенка; - формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка. - формировать интерес к занятиям. воображения, фантазии.	– беседа, система вопросов-ответ; игровые - подвижные
----------	-----------------	-------------------	---	--	---

	Детский бальный танец	«Танец Цыплят»	Ритмика - выполнение муз.-ритмических упражнений, марш «исполняется со сменой размеров», шаг переменный, шаг польки. строевые упражнения (построение в шеренгу и колонну. Азбука классического танца – правильная постановка у станка (Руки, ноги, голова, спина.) Позиции ног 1,2,3; позиции рук 1-4 Танцевальный этюд – «Весёлые лошадки» Танцевальный этюд – «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) Постановка - работа над техникой выполнения основных движений. Работа над танцем, соединение движений в муз. композиции	- Музыкально-ритмическое развитие детей - Формирование навыка работы у станка - Развивать образное мышление - Развитие музыкальности, чувства ритма - Развивать гибкость и пластичность - Развитие специальных музыкальных способностей	–показ правильного выполнения движений; –беседа - объяснение. –сюжетно-ролевой –пояснение - образец – двигательная активность
--	-------------------------------------	-----------------------	--	--	--

Октябрь		Танец Цыплят (вторая часть)	Ритмика: Постановка корпуса. Наклоны корпуса вперёд. Назад, в сторону. Основные положения ног: свободная и 4 позиция Азбука классического танца: Battements tendus jete I позиции по 1 т. 4/4. хлопки в такт музыки (образно – звуковые действия «горошинки»), акцентированная ходьба, поднимание и опускание рук на 4 счёта. на 2 счёта и на каждый счёт. Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад на 2 т. 4/4; затем 1 т. 4/4. Танцевальный этюд: «На птичьем дворе» Постановка: Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Работа над выразительностью движений и техникой выполнения	- Разобрать пройденный материал - Развитие творческих способностей - Развивать творческое воображение и фантазию - Развитие выразительности и эмоциональности исполнения - Развивать умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения	-показ правильного выполнения упражнений - объяснение – объяснение – двигательная активность
---------	--	--------------------------------------	---	--	--

	Русский народный танец	Танец «Кадриль»	Ритмика: Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. выворотности ног Азбука классического танца: Battements tendus: с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад Танцевальный этюд « Осеннее настроение» Постановка: Знакомство с новым танцем. Отработка основных элементов танца	- Познакомить с новым танцем - Развивать музыкальность в исполнении движений	–показ правильного выполнения движений; – беседа - объяснение. – сюжетно - ролевой
--	-------------------------------	-----------------	---	--	---

Ноябрь	Русский народный танец	Танец «Краковяк»	Ритмика Прыжки (на двух ногах , на одной ноге . с поворотом) Азбука классического танца: V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции. Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Танцевальный этюд « Под дождём» с использованием элементов польки, гопака, прыжков. Постановка: Работа над техникой, синхронностью выполнения движений. Отработка элементов связок, перестроений. Партерная гимнастика - Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног, исполняются в положении сидя , лёжа на спине и животе .	Развитие специальных музыкальных способностей - Развивать пластичность и выразительность движений - Развитие выразительности и чёткости в движениях - Растяжка на полу - Работа над музыкальностью и пластичностью движений	– пояснение - образец – наглядные -показ правильного выполнения упражнений
--------	------------------------	------------------	---	--	---

	Элементы современного танца	«Танец с гирляндами»	Ритмика Элементы портерной гимнастики. Упражнения для гибкости спины. Построение и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений Азбука классического танца: Battements tendus jetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад; piques в сторону, вперед, назад. Releves на полупальцах в I, II и V позициях. Танцевальный этюд: Вариации с включением изученных элементов Танцевальный этюд «Кукла» - с использованием элементов классического танца Постановка: Разбор нового танца, обработка старого. Демонстрация движений. его музыкального расклада, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном темпе, а затем в обычном	- Развитие музыкальности - Развивать творческое воображение - Учить детей ориентироваться в пространстве - Осваивать различные виды движений: построение перестроение - Развитие двигательной сферы - Обогащение двигательного опыта	—показ правильного выполнения движений; —беседа - объяснение. —сюжетно - ролевой — пояснение - образец
--	---	-----------------------------	--	--	---

Декабрь	Элементы современного танца	«Танец с гирляндами» (вторая часть)	Ритмика: Шаг польки, галоп (прямой и боковой). Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, упражнения на корпуса и ноги Азбука классического танца: . Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком в пол, позднее – на 45 градусов. plie в I, II, V, VI позициях. Grand plie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд: Импровизация на музыку П.И.Чайковского « времена года» Танцевальный этюд «Лепим из глины» Разводка танцевальных комбинаций в переходах, образах Постановка Работа над техникой выполнения добиваться синхронности исполнения. Отработка	- Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно. Координационно - Развивать чувство ритма и двигательных способностей - Индивидуальная работа с детьми, отстающими в освоении программы и репертуара - Формировать у детей танцевальные движения - Способствовать повышению общей культуры ребёнка	-показ правильного выполнения упражнений – объяснение – двигательная активность - наглядные Словесно – игровой – объяснение практические
---------	-----------------------------	-------------------------------------	---	---	---

			техники выполнения движений (темп, ритм. повторяемость). Повтор Кадрили		
--	--	--	---	--	--

	Элементы восточного танца	Танец «Восточная Сказка»	Ритмика: упражнения на развитие плавности движения рук. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов. выворотности ног, исполняются в положении сидя, лёжа на спине и животе . Строевые упражнения построение в шеренгу, бег по кругу с ориентирами . перестроение в круг. Азбука классического танца Battements fondu в сторону, вперед, назад, носком в пол, позднее – на 45 градусов. V и IV позиции ног. Demi plie по V и IV позиции. Battements tendus: с опусканием пятки во II позицию; с demi plie во II позицию без перехода с опорной ноги и с переходом с опорной ноги. Танцевальный этюд «Пластичный – механичный Танцевальный этюд «Часики» Танцевальный этюд «Кукла»	- Развивать гибкость и пластичность - Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. - Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно - Растяжка на полу - Учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды построений и перестроений -Обеспечить эффективное формирование навыков и качеств - Музыкально – ритмическое развитие - Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно. координационно	–показ правильного выполнения движений; – беседа. - объяснение. –сюжетно - ролевой – пояснение - образец – двигательная активность
--	---	---------------------------------	--	--	---

			Постановка: Знакомство с новым танцем. Прослушать музыкальный материал, разводка танцевальной композиции. Разбор сложных элементов работа над пластичностью и музыкальностью. Работа над техникой выполнения движений. Закрепление выученного танца		
--	--	--	--	--	--

Январь	Русский стилизованный	Танец «Широка река»	Ритмика: Партерная гимнастика: освоение просейших элементов на полу (растяжка, работа над осанкой), упражнения на развитие выворотности стопы, упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. упражнения для развития подъёма стопы, упражнения на растяжку связок и развития выворотности тазобедренного сустава Азбука классического танца Grand plie в I, II, V, VI позициях. Battement developpes вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Большая птица» Танцевальный этюд «Кукла танцует» Постановка: Изучение танцевальных движений, соединение движений в танцевальные композиции. Работа над плавностью и гибкостью рук. Над техникой	- Работа над гибкостью, выворотностью и растяжкой. - Учить передавать настроение, образ в танце через движение - Развитие двигательных качеств и умений - Развивать интерес к русскому народному искусству	–показ правильного выполнения движений –беседа -объяснение. – сюжетно - ролевой –пояснение - образец
--------	----------------------------------	---------------------------	---	--	---

			выполнения движений, разбор наиболее сложных, Учить вслушиваться в музыкальные фразы и чётко попадать движениями в эти фразы.		
--	--	--	---	--	--

Январь	Русский стилизованный	Танец «Широка река» (вторая часть)	Ритмика: Партерная гимнастика Упражнения на гибкость (мостик, рыбка, закидушка) Азбука классического танца Grand battements jetes с I и V позиция – вперед, в сторону, назад. Танцевальный этюд «Противоборство добра и зла» Работа над танцем: синхронность выполнения, ориентировка в пространстве, работа над ритмичностью исполнения в соответствии с музыкальной фразировкой	- Формировать навыки выразительности, пластичности - Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха памяти, внимания - Развивать творческое воображение и фантазию - Развитие творческих способностей	– объяснение –показ правильного выполнения движений – объяснение – двигательная активность - наглядные
---------------	------------------------------	------------------------------------	---	---	---

Февраль			Ритмика упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса, тренировочный комплекс для развития координации и равновесия. Азбука классического танца Battements tendus в «маленьких» и «больших» позах. Танцевальный этюд «Волшебные цветы» Постановка: Закрепление последовательности исполнения движений, работа над выразительностью и синхронностью		
---------	--	--	---	--	--

Февраль	Современный танец	«Танец детства»	Ритмика партерная гимнастика, упражнение «Лягушка» (развитие выворотности бедра) Азбука классического танца Demi – plie в I и II позиции. Battements tendus jete I позиции Танцевальный этюд «На птичьем дворе» (ход на полупальцах, махи руками) для развития образного мышления. Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении	- Формировать навыки грациозности и изящества движений - Содействовать развитию внимания, умения согласовывать движения с музыкой - Развивать образное мышление - Развитие музыкальности, чувства ритма	– объяснение –показ правильного выполнения движений – двигательная активность - наглядные - игровой
---------	--------------------------	-----------------	--	---	--

Март			Ритмика партерная гимнастика, упражнение для укрепления мышц спины «Самолётики» Азбука классического танца Battements tendus: с demi plie в I позиции в сторону, вперед, назад; с V позиции, Танцевальный этюд «Веселые лошадки» Постановка: соединение движений в танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.		
------	--	--	---	--	--

Март	Современный танец	«Рок-н-ролл»	Ритмика: Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом). Партерная гимнастика, Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе. Азбука классического танца Demi raud de jambe par terre en dehors et en dedans. Battements tendus jetes: с I и V позиций в сторону, вперед, назад Танцевальный этюд «Синеглазка» – соединение танцевального шага с поклоном, позиция рук. Танцевальный этюд «Голуби» – этюд на построение и перестроение Постановка работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений	- Учить выполнять движения под музыку красиво, свободно - Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. - Учить детей ориентироваться в пространстве - Осваивать различные виды движений: построение перестроение	– объяснение – двигательная активность - наглядные –показ правильного выполнения движений; –беседа, объяснение. – сюжетно - ролевой
------	-------------------	--------------	---	--	--

Апрель	Современный танец	Танец «Чарльстон»	Ритмика партерная гимнастика на все виды мышц. Упражнения для выразительности и плавности рук под музыку в различном темпе. Силовые упражнения (для ног - выпады с переносом тяжести тела вправо и влево. для рук – «Волна» в положении лёжа) Азбука классического танца Battements tendus jetes: balancoir; в «маленьких» и «больших» позах. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в demi-plies Танцевальный этюд «Баба – Яга» Танцевальный этюд «Добрая волшебница»	- Формировать навыки грациозности и изящества движений - Повышение работоспособности и двигательной активности - Содействовать развитию внимания, умения согласовывать движения с музыкой - Музыкально - ритмическое развитие - Развитие музыкальности, чувства ритма - Развивать образное мышление - Развитие двигательной сферы - Обогащение двигательного опыта - Развитие творческих способностей - Развивать творческое воображение и фантазию	–показ правильного выполнения движений –беседа - объяснение. – сюжетно - ролевой –пояснение - образец
--------	-------------------	-------------------	---	--	---

			Постановка: Прослушивание музыкального материала, обсуждение сюжета, характера и настроения в музыке		
Апрель	Современный танец	Танец «Самба»	Ритмика: партерная гимнастика, растяжки на полу, упражнения для гибкости спины. Азбука классического танца Grand plie в I, II, V, VI позициях. Танцевальный этюд «Со скакалкой мы – подруги». Пружинящее движение, пружинящее движение на шагах, основной ход танца «самба», «Виск», «самба-ход вперед», «соло-поворот», положение в паре. Постановка: отработка элементов; работа над музыкальностью. Работа над характером, выразительностью и синхронностью выполнения движений	- Развивать гибкость и пластичность - Формирование навыка работы у станка - Обогащение двигательного опыта - Развитие двигательной сферы - Развивать музыкальность движений - Музыкально - ритмическое развитие - Развитие специальных музыкальных способностей - Способствовать развитию ведущей роли в танце партнёра.	–пояснение - образец – наглядные -показ - правильного выполнения упражнений –объяснение –беседа -система - вопрос-ответ

	Историко-бытовой танец	Танец «Вальс»	Ритмика: Тренировочный комплекс для развития подъёма стопы (в положениях «выворотно» и «невыворотно» Азбука классического танца Grand plie в I, II, V, VI позициях. Познакомить и отработать движения вальса: - «Вальсовый шаг», - «Вальсовая дорожка», - «Поворот под рукой», - «Вальсовая закрутка», - «Лодочка», - «Вальсовое кружение». Постановка: Разучивание движениями работа над плавностью и гибкостью рук		
Май	Отчетный концерт		Ритмика Мягкий высокий шаг носках. Поворот на 180 градусов на шагах. Азбука классического танца Grand battements jetes во всех позах. Танцевальный этюд «Француа»	- Повтор и закрепление выученных танцев - Закрепление движений танца. Подготовка к отчётному концерту - Формировать навыки грациозности и изящества движений	– показ –объяснение – - двигательная активность - наглядные - игровой –беседа

			Постановка: Разбор наиболее сложных движений в танце, связок и перестроений Развивать пластичность и выразительность движений	- Содействовать развитию внимания, умения согласовывать движения с музыкой	-система вопрос-ответ - подвижные
		Отчетный концерт			
		Выпускные вечера			

Методическое обеспечение программы

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо использовать *игровой принцип*. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – *принцип многократного повторения* изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и усвоения содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие *хореографические принципы*:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности детей;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях

Из всего многообразия средств обучения классический *танец* отличается тем, что является фундаментом всей хореографической подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Поэтому классический экзерсис, после изучения основных его элементов, рекомендуется использовать в качестве тренажа на репетициях коллектива. Для того чтобы облегчить воспитанникам усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть – Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы народного танца; танцевальные комбинации; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть – Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Для реализации программы «Ритмическая мозаика» применяются следующие *методы*:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям. Используются видео-фото материалы хореографических училищ, институтов культуры, записи концертных программ профессиональных коллективов.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Ребенок должен знать хореографическую терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

В разделы «Танцевальные этюды», «Танцевальные композиции» включены современные мелодии для стимуляции эмоциональной и актерской выразительности воспитанников.

Диагностика

(в начале – сентябре, в конце – 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 движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара из «Ритмической мозаики» А. Бурениной, «Танцевальной ритмики для детей» Т. Суворовой, «Пой, пляши, играй от души» выпуск 1 Г. Фёдоровой)

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

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Критерии определения уровня усвоения программы средний дошкольный возраст.

Низкий - С трудом повторяет танцевальные движения после показа педагога, хотя присутствует желание воспроизводить движения также хорошо. Навыков выразительности нет.

Средний - Выполняет танцевальные движения хорошо, владеет навыками эмоционально-выразительного исполнения.

Высокий - Имеет творческое воображение, импровизирует, танцевальные движения эмоционально окрашены, имеет навыки актёрской выразительности. Сразу может повторить после показа педагога.

Карта определения уровня освоения программы заполняется на каждую группу 2 раза в год.

№	Ф. И. воспитанника	Уровни усвоения программы
1.		

По окончании каждого года обучения планируется итоговое открытое занятие, для работников и воспитанников детского сада, а также родителей.

Старший и подготовительный к школе дошкольный возраст.

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение

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

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

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

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

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

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

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

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

➤ *соответствие ритма движений ритму музыки:*

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

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

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение ритма

❖ *воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:*

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

❖ *воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:*

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

❖ *воспроизведение ритма песни шагами:*

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

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

❖ *воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):*

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – неверно воспроизводит ритмический рисунок.

3. Творчество

✓ *сочинение ритмических рисунков:*

высокий – ребёнок сам сочиняет оригинальные ритмические рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

✓ *танцевальное:*

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

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

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

Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

Заключение

Хореография в детском саду – это одно из любимейших детских занятий. Малыши настолько переполнены жизненной энергией, что абсолютно не могут усидеть на месте и обязательно всем видам деятельности предпочитают ту, где нужно двигаться. Поэтому и занятия хореографией в детском саду, который обычно проходит под веселую музыку, кажется малышам заманчивым и привлекательным.

Хореография в детском саду имеет довольно обширную программу – ребятишек обучают базовым движениям, развивается пластика, грация, координация движений. Здесь закладываются азы, и если у ребенка есть склонность к танцам, обычно это видно уже на этом этапе. Разумеется, кружок хореографии в детском саду не ставит целью превратить детишек в профессиональных танцоров и балерин – программа предполагает только обучить детей базовым движениям, объяснить понятия танцевальных позиций и обучить первичному пониманию сути танца.

Если же ребенок посещает кружок хореографии и не теряет интереса на протяжении нескольких лет, вероятно, это растет действительно талантливый танцор, и нужно поддерживать и поощрять его развитие.

Как уже говорилось выше, воспитание детей искусством хореографии способствуют творческой реализации потребностей малышей в двигательной активности. Однако кроме банального удовлетворения потребностей в этом также существует немало плюсов:

- развивается чувство ритма, темпа;
- ребенок становится физически сильнее и выносливее;
- неуклюжих детей среди тех, кто занимается танцами, практически не бывает – отрабатывается ловкость и координация движений;
- закаляется сила воли;
- развивается умение преодолевать трудности;
- возникает умение работать на результат;
- укрепляется костная система и мускулатура;
- стимулируется развитие памяти (она нужна для воспроизведения последовательности танцевальных движений);
- ребенок обучается внимательному восприятию;
- танец – занятие творческое, поэтому мышление и воображение ребенка также развиваются;
- двигательная активность укрепляет иммунитет, и ребенок растет более здоровым, чем его сверстники;
- развивается первичный художественный вкус;

- формируется красивая осанка;
- у ребенка появляются красивые и точные жесты и телодвижения;
- стеснительные дети обретают уверенность в себе.

Современная хореография для детей действительно имеет множество плюсов. К тому же, малышам легко и приятно заниматься бегом, прыжками и подскоками, и ребенок заряжается позитивной энергией. Трудности возникают там, где необходимо задействовать мелкие движения, связанные с пальцами рук – однако и это легко преодолимо. К тому же, такие жесты, освоенные в раннем детском возрасте, способствуют более четкому рисованию и раннему освоению письма.

Кружок танцев для детей позволит организовать для ребенка необходимую двигательную активность. Физическое развитие очень важно для поддержания хорошего здоровья, особенно растущему организму. Уроки танцев для детей помогут ничуть не хуже спорта, но они гораздо увлекательней. Детские танцы сделают мышцы тренированными, тело гибким и пластичным, направят кипящую в ребенке энергию в мирное русло.

Для полного раскрытия потенциала в будущем очень важно внимательное отношение родителей к потребностям ребенка, его склонностям и интересам. Практически все малыши в восторге от музыкальных ритмов и движения в такт. Детский танцевальный кружок – это прекрасная возможность развить эстетический и музыкальный вкус, чувство ритма и координацию движений.

Танцевальный кружок для детей помогут ребенку стать по-настоящему раскрепощенным, найти свою индивидуальность и научиться выражать эмоции телом. Да и умение слушать и слышать музыку, понимать ее лишним не будет. Детские танцы – отличный способ преодолеть робость и обрести уверенность. Ценным опытом будет и совместная работа в коллективе, развитие навыков самостоятельного освоения материала на танцах для детей. А искусство импровизации, постигнутое на занятиях, еще не раз пригодится в жизни.

Грамотное обучение танцам детей обязательно подразумевает индивидуальный подход к ребенку. Основная задача педагога – заинтересовать и создать мотивацию для занятий. А поскольку все дети разные, то единого механизма для достижения этих целей быть не может. Чтобы привлечь группу, детские танцы должны превратиться в праздник. Про возрастные особенности тоже забывать не стоит. То, что увлечет дошкольников, подросткам может показаться глупым. Но если найти правильный подход, танцы для детей могут стать любимым занятием.

Дошкольники очень живо реагируют на все происходящее, схватывают все на лету. Однако у них еще не настолько развита координация, чтобы освоить сложные движения. Самое главное в этом возрасте – дать возможность полюбить музыку и танцы, поддержать творческое начало, спрятанное в каждом ребенке. Поэтому танцевальный кружок для детей не ставит перед собой цели быстро добиться высоких результатов. Для малышей оптимальным будет познакомиться с основными

музыкальными понятиями, научиться владеть своим телом и сохранить раскованность движений.

Танцевальный кружок для детей поможет выйти на следующий уровень мастерства и найти свой неповторимый стиль. Развивается гибкость, сила, выносливость. Усложняются движения, танцы становятся динамичнее. В таком возрасте ребенок уже может освоить движения на равновесие, различные повороты и многое другое.

ЛИТЕРАТУРА.

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I, II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии». «Айрис-пресс» Москва 2001 год.
4. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей. (Издание второе). Санкт-Петербург «Ленинградский областной институт развития образования» 2000 год.
5. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997
6. Давыдова М.А. «Музыкальное воспитание в детском саду». «ВАКО» Москва 2006 год.
7. Ерохина О.В. «Школа танцев», Ростов – на -Дону «Феникс» 2003г.
8. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
9. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968.
10. Михайлова М.А., Н.В.Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения». «Академия развития» Ярославль 2004 год.
11. Программа ДОД «Хореографическая студия «Эдельвейс»» С. М. Сапожникова
12. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
13. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». Хореография в детском саду. «Линка-пресс» Москва 2006 год.
14. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 1971.
15. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
16. <http://womanadvice.ru/horeografiya-v-detskom-sadu#ixzz2txOukQZb>

Характеристика возрастных особенностей детей

Дети 5-6 лет

На шестом году жизни продолжается физическое, психическое, а также музыкальное развитие ребенка. У него формируется осанка, движения становятся более свободными и выразительными, а в сюжетных играх, танцах – более осмысленными и управляемыми, более слаженными и уверенными. С окончанием движений, выполненных под одну часть музыки, дети осознанно могут переходить к выполнению другого движения под следующую часть.

Ребенок может и желает овладевать игровыми навыками и танцевальными движениями, требующими ритмичности и координированности их исполнения. Дети этого возраста имеют достаточный запас игровых и танцевальных умений, для них характерно большое желание участвовать в играх, танцах, упражнениях, этюдах. Они свободно ориентируются в пространстве помещения, в достаточной мере легко выполняют основные движения.

Большинство детей с удовольствием включаются в творческие игровые ситуации, в свободные пляски, любят придумывать свои танцы, главным образом на основе знакомых движений.

Основные движения 5-6 лет

Основные движения	Согласовать с музыкой
Ходьба спортивная, торжественная Бег с высоким подъемом ног Бег широкий Бег пружинистый Бег высокий Бег стремительный Подскоки с помощью взмахов рук Ходьба пружинистым шагом Ходьба гусиным шагом Прыжки сильные с высоким подскоком Прыжки с помощью взмахов рук Прыжки: ноги вместе – руки врозь и наоборот	С характером музыки: Торжественным; Шуточным; Со средствами музыкальной выразительности: Темпом- Медленным, Умеренно медленным, Быстрым, Очень быстрым; Регистрами- Высоким, Средним, Низким; Динамикой звучания- Громким звучанием, Умеренно громким звучанием, Тихим звучанием,

Прыжки со сменой ног: одна вперед – другая назад	Очень тихим звучание.
--	-----------------------

Танцевальные шаги и движения 5-6 лет:

Русский народный танец:

Танцевальные шаги –

- русский переменный шаг с пятки на носок (в парах);
- русский шаг на легком беге с захлестыванием ног назад;
- русский простой шаг;

Танцевальные движения –

- тройные дробы (вариант для мальчиков – на шаге, для девочек – на подскоке);
- «ковырялочка» на подскоке, с фиксированием рук;
- присядка (усложненный вариант с подскоком перед присяданием);
- кружение на одном месте;
- движение рук, характерные для русских танцев.

Детский балльный танец:

Танцевальные шаги -

- боковой галоп,
- подскок,
- шаг польки,
- шаг менуэта;

Танцевальные движения -

- выставление правой ноги вперед, в сторону и затем три притопа, далее те же движения с левой ноги;
- различные виды хлопков;
- различные движения с атрибутами.

Современный детский танец:

Танцевальные шаги –

- матросский шаг (в основе русский переменный шаг с пятки на носок с притопом),
- ходьба, бег в соответствии с современным ритмом музыки,
- шаги имитирующие движения какого-либо животного, птицы, другого образа;

Танцевальные движения -

- имитирующие трудовые действия взрослых, детей, а также повадки зверей, птиц в современных ритмах.

Дети 6-7 лет

На седьмом году жизни продолжается физическое, психическое развитие ребенка: внимание его становится более сконцентрированным, развивается

воображение и мышление, он свободно ориентируется в пространстве. В этом возрасте дети достигают кульминации развития движений, в том числе и под музыку, - они становятся легкими, изящными и пластичными. У дошкольников резко возрастает способность к овладению довольно сложными по координации и темпу исполнения движениями, которые могут исполняться ими ритмично и грациозно.

В движениях под музыку дети легко ориентируются на композицию игры, на форму исполняемого танца, на характер музыки, а также пластично передают не только изобразительные, но и выразительные особенности музыки. Это возможно за счет развития музыкальных способностей, прежде всего чувства ритма и эмоциональной отзывчивости на музыку.

На седьмом году жизни у детей уже имеется большой объем музыкальных и двигательных навыков и происходит их дальнейшее закрепление.

Как правило, сформирована потребность в освоении новых движений, овладении играми, плясками. Некоторые дети без напоминания со стороны взрослого стремятся самостоятельно осваивать новые движения, добиваясь качественного их исполнения, так и движений сверстников.

В играх, танцах дети прекрасно владеют чувством партнера, стремятся согласованно двигаться в паре, хороводе.

Ребенок инициативен и активен как в музыкально-игровом, так и в танцевальном творчестве. Дети могут подгруппой придумывать новый танец (в основном из знакомых движений), а также с удовольствием импровизируют в свободных плясках.

Основные движения 6-7 лет

Основные движения	Согласовать с музыкой
Ходьба спортивная, энергичная Ходьба спокойная, осторожная, на полупальцах Ходьба пружинистым шагом Ходьба бодрым шагом Бег легкий, острый Бег стремительный Ходьба на носочках с поднятыми вверх руками Ходьба гусиным шагом Ходьба на четвереньках	С характером музыки: Мужественным; Таинственным; Со средствами музыкальной выразительности: <i>Темпом-</i> Медленным, С замедлением (ускорением) темпа, Быстрым, Очень быстрым; <i>Регистрами-</i> Высоким, Средним, Низким; <i>Динамикой звучания-</i>

Ходьба тихая, осторожная (сужая круг) Ходьба пружинистым шагом, спиной вперед (расширяя круг) Ходьба, бег в различных ритмах	Ослаблением звука, Усилением звука; <i>Метроритмом</i> – Разнообразными ритмическими рисунками в частях, периодах, фразах.
--	---

Танцевальные шаги и движения 6-7 лет:

Русский народный танец:

Танцевальные шаги –

- русский переменный шаг;
- простой каблучный шаг;
- русский простой тройной шаг;
- русский тройной дробный шаг (с притопом на сильную долю);
- шаг русской кадрили.

Танцевальные движения –

- тройные дроби (в различном варианте и темпе);
- падебаск (для девочек);
- присядка (в различном варианте и темпе);
- кружение на припадание (вариант для девочек, мальчиков).

Другие народные танцы:

Танцевальные шаги –

- украинский «бегунец»,
- белорусская полька,
- элементы цыганского танца,
- элементы восточного танца.

Танцевальные движения –

- «ковырялочка» украинского танца,
- «падебаск»,
- «веревочка»,
- «ручеек».

Детский бальный танец:

Танцевальные шаги –

- шаги полонеза,
- шаги вальса (упрощенный вариант),
- шаг польки,
- шаг краковяка;

Танцевальные движения -

- наиболее простые движения вышеуказанных танцев, исполняемые весьма выразительно, легко, грациозно.

Современный детский танец:

Танцевальные шаги –

- из современных ритмических танцев, доступные детям по координации;
Танцевальные движения -
- разнообразные движения для рук и ног;
- повороты корпусом, выполняемые под современную ритмическую музыку, позволяющую детям понятную им сюжетную танцевальную композицию.

Приложение 2

Танцевальный словарь

По преданиям древних греков, муза танца звалась Терпсихора. Она имела восемь сестер. Летними вечерами они, взявшись за руки, водили хороводы. На греческих фресках и вазах сестры – музы держатся за руки. Танец был тесно связан с музыкой, пением, словом, игрой. Танец получил свое развитие в Греции как источник развлечения. Его стали использовать в театре. Появились народные танцы, позднее – современные.

Танец – это способ выразить свое настроение и чувства при помощи ритмичных шагов и движений тела. Танец сопровождал все события в жизни человека. Древний человек танцевал, выражая свои эмоции. Танец вызывал приятные чувства. Это придавало танцам магическую силу. Древние племена танцевали, чтобы привлечь волшебную силу. Это были обрядовые танцы: охотничьи, боевые, свадебные и другие.

Виды танца.

«Классический» танец — это основа любых видов танцев, основная система выразительных средств хореографического искусства, самый трудный танец. Танец, который сочиняет хореограф.

«Народный» танец - выражает характер, отличительные черты каждого народа. Танец, который сочиняет сам народ.

«Бальный» танец - танец, который танцевали на балах.

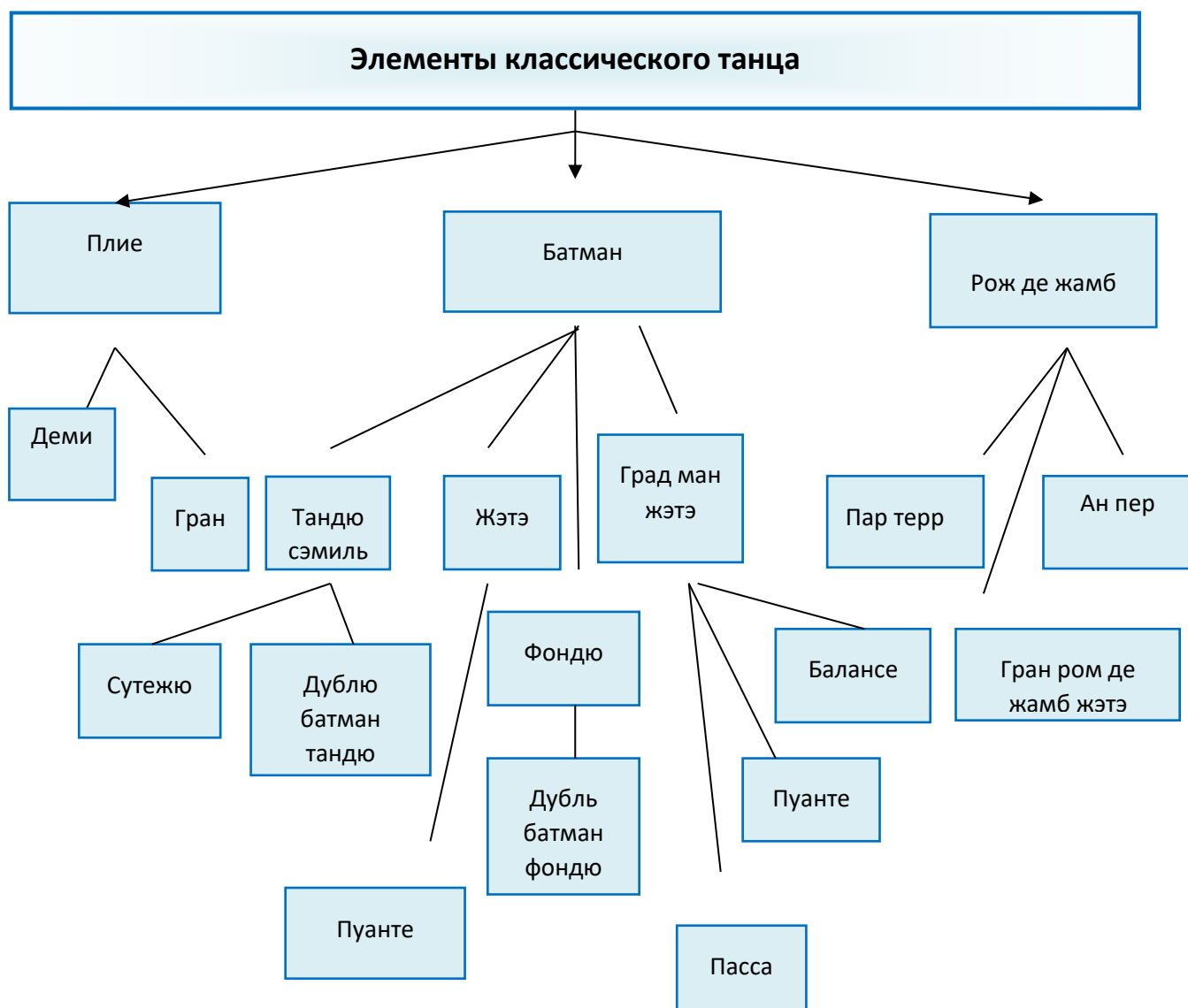
«Современный» танец – танец, который родился в 20 веке, изменилась музыка, изменился и танец.

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

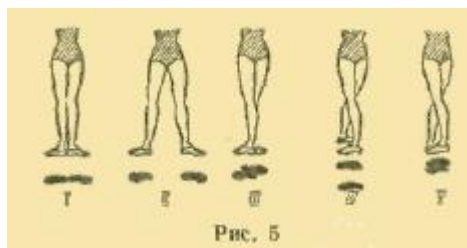
Классический танец - основная система выразительных средств хореографического искусства, основанная на поэтически-обобщенной трактовке

образа человека, на пластическом раскрытии его эмоций, мыслей и переживаний. Классический танец - по Л.Д.Блоку - система художественного мышления, оформляющего выразительность движений, присущих танцевальным проявлениям человека на различных стадиях культуры. В классическом танце эти движения входят не в эмпирически данной форме, а в абстрагированном до формулы виде. В системе классического танца разработаны позиции ног, рук, корпуса и головы, но строго ограничено число групп движений:

- сгибать (plier),
- вытягивать (etendre),
- поднимать (releve),
- скользить (glisser),
- прыгать (sauter),
- бросать (elancer),
- поворачивать (tourner).



Позиции ног



I позиция. Пятки соприкасаются, носки разведены в стороны по направлению линии плеч, ноги стоят на полу всей ступней.

II позиция. Носки разведены в стороны по направлению линии плеч, между ступнями должно быть расстояние, равное длине ступни.

III позиция. Носки разведены в стороны по направлению линии плеч. Пятка ноги (правой или левой) приставлена к середине стопы другой ноги.

IV позиция. Носки разведены в стороны, ступни одной впереди ступни другой ноги, расстояние между ними равно длине ступни.

V позиция. Ступни сомкнуты, пятка одной ноги соприкасается с носком другой. Носки разведены в стороны.

Позиции рук

В классическом танце приняты следующие позиции рук: I, II, III и подготовительная



Подготовительная позиция.

Руки опущены вниз, локти слегка согнуты, кисти округлены, руки образуют форму овала, расстояние между пальцами 3-4 см.

I позиция. Руки в том же положении, что и в подготовительной позиции, но подняты вперед на уровне груди.

II позиция. Руки в стороны, локти и кисти округлены, находятся на одной линии, ладони обращены вперед-внутри.

III позиция. Положение рук аналогично подготовительной и I позициям, но руки подняты вверх впереди туловища так, чтобы, не поднимая головы, можно было бы увидеть мизинцы рук.

ДЕТСКИЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ

Детский бальный танец – является одним из разновидностей танцевального искусства. Термин «бальный» произошел от слова «балет» (франц. ballet, итал. ballo – танец). На определенном этапе исторического развития появились салонные или бальные танцы. Первоначально бальный танец берет свое начало от бытового, но постепенно между народной формой танца и танцами в великосветских салонах происходил постоянный взаимообмен и в результате смены исторических эпох, внешних условий сформировалось десять видов бальных танцев. Бальный танец интересен своим многообразием - все десять танцев имеют разное происхождение, разную технику исполнения и характер. Но этим он и сложен. Бальный танец – парный, и подразумевает понятия "леди" (партнерша) и "джентльмен" (партнер).

Вальс

Медленный вальс один из первых танцев, который изучается уже в младших группах. Музыкальный размер (три четверти) достаточно сложен для малышей, но плавная и красивая музыка создает настроение и позволяет понять характер танцев европейской программы бального танца.

Вальс (от нем. walzen "вертеться, поворачиваться") - бальный танец с плавным вращательным движением пар в такт размера 3/4. Характеризуется лиризмом и романтической настроенностью. Одна из версий происхождения вальса, ставшего символом романтической любви, от скромного австрийского лендлера. Именно для лендлера характерны круговые вращения в паре. В течение некоторого времени вальс из народного лендлера превратился в салонный танец для светского общества. Темп различен - от медленного до очень быстрого. Был очень популярен в XVII - XX вв. Вальс имел множество разновидностей: венский, английский, венгерский, вальс-мазурка, вальс-миньон и др.

Медленный вальс - бальный танец, вальс медленного темпа со множеством различных фигур. Ритм танца очень приятный и легкий, поскольку на каждый счет выполняется одно движение, если не учитывать различных вариаций на базе основного движения. Медленный вальс также может называться английский, поскольку этой стране он обязан своим появлением.

Танго

Танго (на языке одного из африканских племен tango означает «бубен») - Танец был завезен в Европу из Южной Америки, которая, однако не является его родиной. По происхождению танго - мавританский танец. Испанские мавры танцевали его еще в XV веке. После того, как завоеватели покинули Пиренейский полуостров, танго переняли цыгане. Затем цыганские племена, переселившиеся в Аргентину, внедрили там его па, которые сразу же были подхвачены местным населением. Популярность танго была настолько велика; что этим словом стали называть некоторые народные танцы (на две четверти) в Аргентине, Бразилии, Мексике и на Кубе. Возвратившись в

Европу, танец полностью потерял свой эротический характер: лицо все время остается бесстрастным, и в современной манере исполнения сохранились только колебания корпуса. Танго допускает бесконечные вариации и импровизации. Несколько вышедший из моды в 30-80-е годы, в настоящее время танец снова получил широкое признание.

Самба

Самба (португ. samba «женщина - негритянско-индейская помесь»; возможно, название и танец исторически связаны с ангольским танцем семба). Родина самбы Бразилия. Народная самба — это танец импровизация, где танцоры, подпевая, соревнуются между собой в изобретательности и ловкости движений. В более широком смысле самба - любое народное развлечение, связанное с танцами, пением и музыкой. Возникшая в беднейших кварталах Рио-де-Жанейро, «самба лачуг» посредством карнавалов получила огромную популярность не только в Бразилии, но и во всей Латинской Америке. По всей стране открывались школы самбы, в которых готовили танцоров к выступлениям на карнавалах, и организовывались оркестры. Темпераментные ритмичные движения, пульсирующий ритм, характерные пружинистые покачивание бедер народной самбы легли в основу нового бального танца того же названия. Сочетает элементы африканской, португальской и испано-американской музыкально-танцевальной культур. Позже - видоизмененный бальный парный танец свободной композиции. Современный бальный вариант самбы был стандартизирован в Англии. Музыкальный размер бальной самбы 2/4. Темп быстрый. Ритм остро- или средне-синкопированный.

Ча - ча - ча

Ча - ча - ча (исп. cha-cha-cha, слово, вероятно, звукоподражательного происхождения) - бальный танец во второй половине XX в. Название танца напоминает суховатый звук маракассов, характерный для кубинских мелодий. Маракасс - своеобразный музыкальный инструмент, сделанный из высушенной тыквы, в которую насыпаны бусы или мелкие камешки. Танец образовался от румбы и мамбо, вначале назывался "мамбо-ча-ча-ча". Необычный размер музыкального сопровождения, особая манера исполнения, красивые и вместе с тем не очень сложные фигуры - все это способствует популярности танца. Характерны сильные движения бедер и шаги с носка.

ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ТАНЕЦ

Историко-бытовыми считаются те танцы прошлых веков, которые получили широкое распространение далеко за пределами своей эпохи и места возникновения. Историческими они названы как танцы прошлого времени, а также как танцы, вошедшие в историю.

Возникновение танцев связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой

переработку народного танцевального материала и отражают особенности определенной эпохи или среды. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в его музыке, одежде танцующих, их манерах и т. д.

Основные позиции ног в историко-бытовых танцах - I-я и III-я, промежуточные - II-я и IV-я.

В начале XIX в. завоевывают популярность новые живые, легкие и более непринужденные танцы (*полонез, вальс, экосез, кадрили, котильон, полька, мазурка*), которые становятся общеевропейскими бальными танцами.

Многие танцы, появившиеся в XX в. (*краковяк, тустеп, танго, вальс-бостон, фокстрот, чарльстон, блюз, рок-н-ролл, румба, самба, твист, сальса, мамбо* и др.), популярны и сегодня.

Краковяк

Польский народный, затем *бальный танец*, по названию города Кракова. Муз. размер 2/4, живой, горделивый танец. Движения танца просты, но энергичны, что указывает на его народное происхождение. Сначала его танцевали только мужчины: «рыцарь» и его «оруженосец». Затем стали танцевать в паре с дамой: она - плавно и изящно, он - с резкими притопами. В краковяке основные движения сходны с движениями *мазурки* - с тремя поочередными выстукиваниями всей ступней в пол; причем первый и третий притоп должен быть сильнее второго.

Наиболее известная сегодня композиция танца построена преподавателем Н.Л. Гавликовским и соединяет характерные элементы польского танца с *вальсом*. В соответствии с музыкальным размером вальсовая часть (вторая) исполняется не на 3/4, как в обычном вальсе, а на 2/4. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*.

Полонез

Полонез (фр. *polonaise* «польская»). Полонез ведет свою историю от польского народного танца «ходзоны». От народа этот танец быстро перешел к бедной шляхте, а затем в замки богатых магнатов. Французские танцмейстеры дали ему название «*polonaise*» - польский, и уже в начале XVIII века он стал исполняться во всей Европе, оказался желанным гостем на пышных балах, где им обычно открывался вечер. Первоначально бытовое назначение этого танца-шествия состояло в том, чтобы дать возможность хозяйке дома, невестке приветствовать гостей и просить их принять участие в танцах. Этим танцем мог и заканчиваться бал. Белый полонез танцевали под утро. Популярность ему принесли торжественная музыка и основной шаг, относительно легкий по исполнению. Неограниченное количество пар могло выполнять самые различные фигуры и перестроения, двигаясь все время одним и тем же шагом, слегка и плавно приседая на каждую третью четверть такта. К началу XIX века полонез полностью утерял свой первоначальный народный характер. Осталась только гордая осанка, своеобразное положение в паре и ритмичный шаг, который стал, однако, намного мягче и плавней. Сейчас полонез можно часто встретить на сценах музыкальных театров.

Мазурка

Мазурка - (от польск. mazurek - название жителей Мазовии) - стремительный и зажигательный танец.

Истоки мазурки - в народном польском танце мазуру, появившемся еще в XVI в., замечательном по красоте и разнообразию движений. В Европе мазурка становится известной к началу XIX в. (*танцмейстеры* придали народному танцу салонный характер) и наибольшее распространение получает в России. Нигде (кроме Польши) с таким блеском и мастерством не танцевали мазурку, как в России. Ее изучение требовало гораздо больше времени, терпения и искусства, чем изучение других танцев.

Все в мазурке поддерживает образ блистательного кавалериста: и особая выправка, и пружинистый шаг, и галантность учтивого кавалера. Именно от него зависело успешное исполнение танца. Он выбирает фигуры и меняет темп. Мазурка - танец лихих наездников и их нежных дам. Элементами мужской партии были сильные удары каблуком (пришпоривание коня), резкие взмахи рукой над головой (натягивание поводьев), «хромой шаг» (напоминание о ранениях), а у дам - легкий бег на полупальцах и вообще демонстрация слабости и хрупкости. Дама должна уметь легко лететь по залу, уметь схватывать движения и переходы, предлагаемые кавалером. Во время танца мужчины опускались на одно колено перед дамой, словно желая помочь ей сойти с коня. Кавалеры красовались перед своими дамами, очаровывали и завоевывали их.

Кстати, описывая исполнение мазурки, авторы художественных произведений упоминают шпоры - предмет снаряжения всадника. Появляться же на балу в сапогах со шпорами было не принято (т. к. они могли повредить наряд дамы). Но в шпорах есть нечто поэтическое, и в изображении бравых военных, позвякивающих шпорами, было много романтики.

Фигуры танца были разнообразны и многочисленны, а свободная *импровизация* движений делала танец ярким и увлекательным. Мазурка всегда была в центре каждого празднества, ее ждали, к ней готовились.

После того, как мазурка получила постоянную «прописку» в бальных залах, танцмейстеры придумывали все новые и новые фигуры и даже виды мазурки. Появились *вальс-мазурка* и *кадриль-мазурка*, ее соединяли с *полькой*, использовали в *котильоне*. В *па-де-труа* мазурка составляет целую часть танца. Одна из фигур мазурки - «Заздравная» - исполнялась с бокалом Шампанского в руке. Мазуркой обычно завершалось первое отделение бала.

Менуэт

Менуэт - (от франц. menu - маленький) - старинный народный французский танец. Муз. размер 3/4. Появился в XVII в. из народного бранля, который состоял из маленьких шагов (*pas menus*). Движения *бранля* стилизуются, приукрашиваются; размеренные маленькие шаги соединяются с плавными приседаниями и чопорными

реверансами. Царствование Людовиков XIV и XV можно назвать настоящей эпохой менуэта. В России исполнялся на *ассамблеях* Петра I и на дворянских балах при Екатерине II.

Ни один танец XVI – XVII вв. не пользовался такой популярностью, как прославленный менуэт, являющийся общепризнанным образцом салонного танцевального искусства.

«Менуэт - это танец королей и король танцев», - так называли его историки танцевального искусства. Считалось: «кто хорошо танцует менуэт, тот все делает хорошо».

Полька

Полька (от чешск. *půlka* «половина» или, возможно, от польск. *Polka* «женщина польской национальности») - чешский народный танец, который стал известен как бальный в первой половине XIX века. Польку привез из Франции чешский хореограф Йозеф Нэруда, и в Париже полюбился этот веселый и незатейливый танец. Увлечение полькой было настолько велико, что на некоторое время она вытеснила из моды знаменитый вальс. Новый танец исполнялся в аристократических салонах, чопорный этикет которых казался непоколебим. Бальная полька культивировалась во Франции, затем распространилась по всей Европе. Этим объясняется, что название движений в этом танце связаны с французской терминологией. Успех польки объясняется ее живым характером, простотой исполнения. Веселый и довольно быстрый танец. Шаги с приставлением, подскоки, повороты. Пары образуют различные красивые и замысловатые рисунки. Музыкальный размер двудольный. Популярность польки так велика, что на ее основе до сих пор создаются композиции в сплаве с танцевальными традициями других народов, ранее не знавших этого танца.

НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Народный танец — фольклорный танец, который исполняется в своей естественной среде и имеет определённые традиционные для данной местности движения, ритмы, костюмы и тому подобное. Фольклорный танец — это стихийное проявление чувств, настроения, эмоций, выполняется в первую очередь для себя, а потом — для зрителя (общества, группы). Для русского народного танца характерно два основных типа: энергичный, ритмичный трепак или кадрили и мелодичные, плавные хороводы.

Формы русского народного танца

Хоровод

Хоровод - Основой хоровода является совместное исполнение хороводной песни всеми его участниками. Танец, песня и игра в хороводе неразрывно и органично связаны между собой. Хоровод объединяет и собирает большое количество участников. Хоровод - это массовое народное действо, где пляска, или просто ходьба,

или игра неразрывно связаны с песней. Хороводы имеют культово-обрядовую, социальную и бытовую темы.

Участники хоровода держатся, как правило за руки, иногда за платок, шаль, пояс, венок. В некоторых хороводах участники за руки не держатся, а движутся друг за другом или рядом, сохраняя строгий интервал, иногда идут парами. Хоровод распространен по всей России, и каждая область вносит что-то новое, создавая разнообразие в стиле, композиции, характере и манере исполнения. Хороводы исполняют в медленном, среднем и быстрых темпах.

Большое значение при постановке хороводов отводится фигурам. Фигуры могут образовываться одними девушками, или парнями, или парнями и девушками вместе, которые могут быть разнообразно выстроены.

Основные фигуры хороводов

«Круг»

Танцующие становятся лицом в круг, взявшись за руки и образуя замкнутый круг. Движение по кругу в хороводе идет «посолонь» – по солнцу. Сделав легкий поворот корпуса по ходу движения, танцоры идут простым или попеременным шагом.

«Два круга»

Круги находятся на небольшом расстоянии друг от друга. Каждый круг может двигаться как по направлению движения часовой стрелки, так и против ее движения. Повороты кругов происходят одновременно в одну или в разные стороны.

«Круг в круге»

Один круг большой, а внутри него круг поменьше. Внешний круг движется по солнцу, а внутренний как по солнцу, так и в противоположную сторону.

«Корзиночка»

Эта фигура образуется из двух кругов – круг в круге. Внешний круг состоит из мальчиков, внутренний из девочек. В кругах должно стоять одинаковое количество участников. Стоя лицом в круг, танцоры берутся за руки, образуя каждый свой круг. Сделав шаг к кругу девочек, мальчики поднимают соединенные руки через головы девочек и опускают их на руки девочек. Образуется единый перпендикулярный круг. «Корзиночка» может двигаться различными шагами: или «гармошкой», или «припаданием» в любую сторону. Руки исполнителей могут находиться не только внутри круга, но и снаружи, за спинами всех участников. Такое перестроение можно сделать из уже образовавшейся «корзиночки». Мальчики поднимают соединенные руки вверх и опускают их за спину девочкам, затем девочки поднимают руки вверх и опускают их за спину мальчикам.

«Восьмерка»

Эта фигура образуется из 2-х стоящих рядом «кругов», которые движутся в разные стороны. В определенный момент ведущие одновременно разрывают круги, и

участники через одного переходят из одного круга в другой, их общее движение создает рисунок, похожий на цифру «8».

«Улитка»

Образуется, или как говорят, «навивается» или «завивается» из круга. Ведущий хоровода разрывает круг, и, продолжая движение по спирали в том же направлении, но уже внутри круга, делает как бы новый круг, но меньший по диаметру, затем второй, третий и т.д. Все идущие в хороводе точно повторяют его движения. «Развивать капусту» должен участник, стоящий последним. Вся хороводная цепь начинает движение в обратном направлении, повторяя тот же рисунок, что и при завивании.

«Змейка»

Начинается из линии, но может начаться и из круга, когда ведущий, разрывая хоровод, начинает двигаться внутри круга, делая повороты то вправо, то влево, подражая изгибам змеи. Все исполнители, не разрывая рук, двигаются за ведущим.

«Колонна»

Это построение рядами. Каждый ряд может состоять из нескольких человек, но не менее двух. Несколько рядов, находясь на небольшом расстоянии, образуют фигуру, стоя в затылок один другому.

«Улица»

Два ряда, две параллельные линии, стоящие на небольшом расстоянии лицом друг к другу, образуют эту фигуру. Эти линии сходятся либо одновременно, либо одна может стоять на месте, а другая двигаться к ней.

«Ворота»

Появляются из фигуры «улица». Одновременно начинают двигаться навстречу друг другу участники обеих линий, затем первые берутся за руки, под которыми проходят остальные.

«Гребень»

Две линии исполнителей двигаются навстречу друг другу простым или переменным шагом. Обе линии встречаются и, продолжая движение, проходя сквозь линии правым или левым плечом. Линии меняются местами.

Пляска

Пляска - В древности пляски носили обрядовый, культовый характер, но со временем приобрели бытовой. Пляска — это наиболее распространенный и любимый жанр русского народного танца. Пляска родилась в хороводе и вышла из нее, разорвав хороводную цепь, усложнив техническую основу, создав свои формы и рисунки, заменив хороводную песню плясовой и различным музыкальным сопровождением. Пляской можно выражать различные состояния человека. Пляска состоит из ряда отдельных движений - элементов, которые отличаются характерной манерой исполнения, имеют русский национальный колорит. Каждые движения в пляске наполнены смыслом. Разнообразные движения, число которых во много раз

увеличивается за счет импровизации исполнителей, - характерная особенность русской пляски. У исполнителя русской пляски очень выразительны руки, голова, плечи, лицо, кисти рук и т.д. Пляска дает возможность раскрыть личные, индивидуальные черты характера. В пляске могут участвовать парни и девушки, мужчины и женщины, подростки и пожилые люди. Для мужской пляски характерны широта, размах, удаль, сила, внимание и уважение к партнерше. Для женской пляски характерны величавость, плавность, благородство и задушевность, однако часто она исполняется живо, с задором. Пляска отличается от хоровода более богатой и сложной лексикой танцевальных движений. Отличает пляску от хоровода и музыкальное сопровождение. Пляски идут не только под песни, а под аккомпанемент различных музыкальных инструментов. Песни, под которые исполняется пляски, в основном быстрые, мелодии их ярко расцвечены акцентами и резко выраженной активной ритмикой. Такие песни называют плясовыми.

Основные элементы русского народного танца

Позиции ног

В народном танце используется 5 выворотных положений классического танца - I, II, III, IV, V.

Позиции и положения рук

7 позиций - I, II, III позиции аналогичны I, II, III позициям рук классического танца.

IV - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, 4 других, собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

V - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются в корпусе. Пальцы, собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

VI - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в сторону. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

VII - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной руки лежит на запястье другой; ладони повернуты вверх.

Подготовительное и 2 основных положения.

Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

Первое положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Второе положение - обе руки округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между III и II позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх. В первом и втором положении возможен перевод рук вперед и назад. Уровень рук при этом не изменяется.

Положения рук в групповых танцах

В русских танцах исполнители держатся за руки или за платочек, образуя разнообразные рисунки - построения. Руки при построении таких фигур могут быть подняты вверх, раскрыты в стороны, опущены вниз и т.д. Фигуры могут образовываться одними девушками или юношами или юношами и девушками вместе.

Круг - В этой фигуре число участвующих не ограничено, однако их должно быть не менее трех человек. Юноши и девушки, повернувшись лицом к центру круга и взявшись за руки, образуют замкнутый круг. Руки свободно, без напряжения отходят под небольшим углом от корпуса вниз или на верх. Движения по кругу, как правило, идут по часовой стрелке. Сделав мягкий по луборот корпусом по ходу движения, юноши и девушки идут простым шагом или переменным, а также переменным шагом с притопом.

«Звездочка» - Юноши и девушки, стоя в затылок друг другу по кругу, соединяют в центре образовавшегося круга правые или левые руки. Противоположные руки находятся в третьем или первом положении. Эта фигура может быть построена как из четного, так и из нечетного числа участвующих, однако не менее трех и не более восьми человек. В этом построении можно двигаться по кругу простым или переменным шагом, а также шагом с переступанием.

«Карусель» - Основой этой фигуры является «звездочка». Юноши образуют правыми руками «звездочку», а левыми держат правые руки девушек. В построении этой фигуры может участвовать не менее трех, но не более восьми пар.

«Корзиночка» - Она образуется из двух кругов - круг в круге. Стоя лицом к центру, юноши и девушки берутся за руки, образуя каждые свой круг. Внешний состоит из юношей, а внутренний из девушек. «Корзиночка» движется «гармошкой» или «припаданием». Головы исполнителей повернуты по ходу движения, к своему партнеру или к центру круга.

«Цепочка» - Участвующие стоят в одну линию, касаясь локтями друг друга. Руки согнуты в локтях и подняты перед собой на уровне груди. Правая рука, описав полукруг сверху вниз, опускается локтем на левую руку стоящего справа партнера и, продолжая движение, проходить под его левой рукой. «Цепочка» может двигаться и вправо, и влево «гармошкой» или «припаданием». Головы повернуты по ходу движения или сохраняют прямое положение.

Шаги

Простой - Движение занимает 1/2 такта. Исходная позиция ног - I свободная.

С продвижением вперед. На каждую четверть, начиная с правой ноги делается по одному шагу. Юноши ставят ногу на всю стопу; шаги широкие. Девушки в начале ставят ногу на низкие полупальцы, затем мягко опускают ее на всю стопу.

С продвижением назад. Первая четверть - правая нога делает шаг назад на низкие полупальцы и опускается на всю стопу. Левая слегка сгибается в колене и остается впереди; каблук слегка приподнят над полом. Вторая четверть - тот же шаг с левой ноги.

Переменный - Движение занимает один такт. И.п. - I свободная.

С продвижением вперед. Первая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - шаг левой ногой вперед. Вторая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - пауза.

С продвижением назад.

Переменный с притопом - Движение занимает один такт.

С продвижением вперед.

Первая четверть первая восьмая - шаг правой ногой вперед, вторая восьмая - шаг левой ногой вперед.

Вторая четверть первая восьмая - одновременно с шагом правой ногой вперед левая слегка поднимается над полом, вторая восьмая - левая нога с одновременным ударом в пол опускается на всю стопу.

Девушки выполняют притоп легко, каблучком. Юноши - сильно, всей стопой.

С продвижением назад.

Выполняется также, как и переменный шаг назад. Притоп выполняется также, как и в шаге с продвижением вперед.

Переменный с каблука - Движение занимает один такт. И.П.- I свободная.

Затакт - небольшое полуприседание на обеих ногах. Руки поднимаются в стороны между подготовительным и третьим положением.

Первая четверть.

Первая восьмая - шаг правой ногой вперед на ребро каблука; нога в колене вытягивается. Левая рука, сгибаясь в локте, поднимается до уровня груди; кисть сжата в кулак, Правая рука заводится за спину. Вторая восьмая - левая нога на низких полупальцах приставляется в прямом положении к каблуку правой, как бы подбивая его. Вторая четверть - первая восьмая - притоп всей стопой правой ноги с небольшим продвижением вперед; в момент притопа колено слегка сгибается. Вторая восьмая - пауза.

С переступанием - Движение занимает один такт. И.П.- I прямая.

Первая четверть первая восьмая - небольшой шаг правой ногой вперед на всю стопу.

Вторая восьмая - левая нога, сгибаясь в колене, делая шаг, опускается в первую прямую позицию на всю стопу, чуть впереди правой в полуприседании. Одновременно правая нога сгибается в колене и приподнимается над полом.

Вторая четверть - первая восьмая - правая нога подводится к левой и мягко опускается на пол на всю стопу в первую прямую позицию.

Вторая восьмая - пауза.

Дроби

Дроби состоят из удара всей стопой - притопа и ударов полупальцами подушечкой стопы и каблука. Удары могут быть одинарные и двойные. На основе этих ударов

создаются различные ритмические композиции - дроби. Все удары и выстукивания в дробях должны быть резкими, четкими, ритмичными и легкими.

Дробная дорожка - Движение может выполняться на месте и с продвижением вперед. Первая четверть первая восьмая - небольшой перескок вперед на всю стопу левой ноги. Правая сгибается в колене, и с «сокращенной» стопой слегка отделяется от пола в прямом положении. Вторая восьмая - удар каблуком правой ноги в пол по I прямой позиции. Вторая четверть - движение повторяется.

Дробь с подскоком - Движение занимает 1/2 такта. Затакт - одновременно с небольшим подскоком на левой ноге правая сгибается в колене и слегка отделяется от пола. Первая четверть Первая восьмая - одновременно с ударом своей стопой в пол левая нога опускается по I прямой позиции, а правая делает резкий удар каблуком у каблука левой, а затем стопой по первой прямой позиции. Одновременно со вторым ударом правая нога ставится на всю стопу, а левая отделяется от пола. Вторая восьмая - небольшой подскок на правой ноге. Существуют еще несколько видов дробей: «мелкая разговорная дробь», «в три ножки», «дробь хромого» (трех четвертная), тройные поочередные выстукивания.

Основные движения русского народного танца

«Гармошка»

Движение занимает один такт. И.П.- I свободная.

«И» - каблук правой и носок левой ноги слегка приподнимаются над полом и скользящим движением переводятся вправо.

«1» - Каблук и носок опускаются на пол, носки соприкасаются.

«И» - Носок правой и каблук левой ноги приподнимаются над полом и скользящим движением переводятся вправо.

«2» - Каблук и носок опускаются на пол, каблуки соприкасаются.

«Ковырялочка»

Движение занимает один такт. И.П.- I свободная. Бывает двух видов: без подскоков и с подскоками.

«И» - одновременно с поворотом корпуса влево на левой ноге правая, сгибаясь в колене, делает сильный взмах от колена назад - вправо.

«1» - правая нога, полусогнутая в колене, опускается носком в пол; пятка направлена вправо.

«И» - одновременно со скользящим движением левой ноги, корпус и голова поворачиваются к правой ноге. Одновременно правая нога, вытягиваясь в колене, поднимается вперед на 45.

«2» - правая нога опускается на пол на ребро каблука в ту точку, где был носок; подъем сокращен. «Ковырялочка» очень хорошо комбинируется с «гармошкой», припаданием, дробями и другими основными элементами русского танца.

«Веревоочка»

Движение бывает пяти видов: простая, с двойным ударом, простая с переступанием на всю стопу или на ребро каблука, с двойным ударом с переступанием на всю стопу или ребро каблука или с двойным ударом с переборами.

Простая - «И» - с небольшого приседания с проскальзыванием левой ноги вперед правая, сгибаясь в колене поднимается с боку левой, слегка прикасаясь к ней, и на уровне икроножной мышцы переводится назад. «1» - правая нога опускается позади левой с лево от каблука в перекрещенное положение. «И 2» - движение повторяется.

«Маятник»

Виды: с подскоком на полупальцах, с подскоком на всей стопе.

«Моталочка»

И.П. - I прямое. Движение занимает один такт. «1» - левая нога присогнутая в колене делает небольшой подскок и опускается на всю стопу. Правая, сгибаясь в колене поднимается назад. «И» - правая нога, опускаясь, делает мазок ребром каблука или всей стопой по полу и поднимается вперед на 45 о. «2» - небольшой подскок на всей стопе левой ноги положение правой ноги меняется. Движение повторяется с другой ноги.

«Молоточки»

Движение занимает 1/2 такта. И.П. - I прямое. «1» - после небольшого подскока на обеих ногах левая с присогнутым коленом опускается на низкие полупальцы; колено направлено вперед. Правая сгибается в колене и с «сокращенной» стопой резко поднимается в прямом положении от колена назад - вверх, носок направлен в пол. «И» - короткий удар в пол полупальцами правой ноги, присогнутой в колене, около каблука левой. После удара согнутая в колене нога сразу резко, акцентированно отскакивает в прямом положении назад - вверх. Колено правой ноги не должно отходить далеко вперед или назад от колена левой.

«Хлопушки»

«Хлопушки» характерны для мужской пляски.

Виды: одинарные хлопки и удары - фиксирующие, одинарные хлопки и удары - скользящие, двойные хлопки и удары, строенные хлопки и удары. Из одинарных, двойных и тройных хлопков составляют хлопучесные комбинации.

«Полуприсядка»

1. С открыванием на ребро каблука,
2. С открыванием ноги на воздух,
3. Разножка - в стороны, на ребро каблука,

Разножка - вперед - назад. Движение занимает один такт. И.П. - I прямое.

«И» - небольшой подскок на обеих ногах.

«1» - резкое и глубокое полное приседание.

«И» - пауза.

«2» - одновременно с резким подъемом из глубокого приседания обе ноги, вытягиваясь в колене, разводятся: левая вперед на ребро каблука, а правая - назад на полупальцы. «И» - пауза.

Кадриль

Кадриль – парный танец, некогда салонный, со временем распространившийся в народе, видоизмененный в движениях и манере исполнения, но сохранивший композиционные особенности исторического танца.

В качестве народного танца кадриль имеет много разновидностей: русская и украинская, белорусская и литовская, и даже американская (square dance, что значит, «квадратный танец»). Каждый из вариантов отличается самобытностью и разнообразием.

Пары танцующих располагались по четырехугольнику напротив друг друга и поочередно исполняли свои партии. Кадриль состояла из пяти фигур, каждая из которых завершалась общим движением, объединяющим всех танцоров.

Вначале фигуры были достаточно сложные и назывались Le Pantallon (Штаны – по названию известной песни), L'été (Лето), La Poule (Курица – тоже в связи с песней), La Pastourelle (Пастораль) и Finale (Финал) с включением в него танцмейстером Тренищем фигуры, названной его именем La Trénis. Несмотря на трудность освоения фигур, движения должны были быть идеально отработаны и доведены до совершенства салонными танцорами. Со временем кадриль сильно изменилась, названия фигур были заменены на цифры, одни движения исчезли, другие были упрощены.

Музыкальный размер кадрили – 2/4, иногда 6/8. Исполняется четным количеством пар. В кадрили может быть от 5 до 12 фигур и характерная композиция. Однако, описывая данный танец, следует четко понимать, о каком именно виде кадрили идет речь.

Виды кадрили и их особенности

Видов кадрили как народного танца существует много: русская, белорусская, украинская, литовская, эстонская, латышская, и т.д. Внутри вида может существовать еще множество местных вариантов, так, например, русская кадриль может называться московской, волжской, уральской или, как в северных областях России, четверой, шестерой, восьмерой.

Русская кадриль

Русская кадриль имеет многообразные формы и принципы построения, а также достаточно сложные по композиции и технике исполнения фигуры.

По *форме* построения можно выделить три группы кадрилей:

1. Квадратные или угловые, где пары стоят по сторонам квадрата (их обычно четыре) и движение осуществляется крест-накрест или по диагонали.

2. Линейные или двухрядные, в которых может участвовать до 16 пар и даже больше. Для композиции линейной кадрили характерно движение двух линий танцоров навстречу друг другу.

3. Круговые – в них танцуют 4, 6 или 8 пар. Движение осуществляется по кругу, иногда к центру круга и назад в большой круг.

Фигуры в русской кадрили могут иметь названия, связанные с характером исполняемого движения или рисунком танца: проходочка, знакомство, крутея, звездочка, воротца и др. Между фигурами существуют паузы. Фигуры объявляются ведущим или дается знак для их исполнения – платком или притопом.

Украинская кадриль

Украинская кадриль складывается из множества фигур, достигающих до двенадцати, отличается в большей степени музыкальными композициями, под которые исполняется. Чаще всего это песенные мелодии («Баламуте», «Ой, не ходи, Грицу» и др.).

Белорусская кадриль

Для белорусской кадрили характерна простота движений и разнообразие построений, фигур может быть от 4 до 12. В отличие от других видов белорусская кадриль может включать солирование танцоров отдельно или попарно. Существуют кадрили, построенные на слиянии национальных танцев с формой кадрили: «Бычок», «Чижик», «Врубель» и др.

Цыганский танец

Цыганский танец приобретает разные формы в зависимости от того, на какого зрителя он рассчитан и в какой стране исполняется. Таборный танец танцевался для своих и демонстрировал мастерство исполнителя, его задача была показать превосходство исполнителя, поэтому он наполнен сложными элементами, основан на импровизации, очень энергичен, ориентирован на взаимодействие с партнерами. Уличный же или сценический стиль танца рассчитан на зрелищность представления – он упорядочен, в нем много синхронных движений, вращений. Такие представления создавались для заработка, а в итоге стали сценическим наследием народного танца.

Кочующие по всей Европе цыгане часто подражали фольклорным танцам народов той страны, в которой они находились, поэтому нельзя выделить единый стиль танца, характерный для цыган всего мира. Так, например, фламенко — это танец андалузских (Испания) цыган. Цыгане Балкан и Турции часто исполняли танец живота, который в их интерпретации получил свои особенности. Оттуда заимствовано хорошо известное нам потряхивание плечами. Композиция цыганского танца в России характеризуется постепенным нарастанием темпа от медленного до крайне быстрого и энергичного в конце. Для мужского танца характерно быстрое, ритмичное обхлопывание себя; для женского – широкие взмахи юбкой, грациозные движения кистями, заимствованные из фламенко и восточных танцев.

Современные танцы

Современный танец – понятие весьма относительное. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому, каждый танец можно назвать современным, но – современным

для своего времени. В нынешнем понятии это синоним выражения – «популярный танец».

Современные танцы для детей позволяют развить пластику, гибкость, скорость движений, выносливость и поразить всех своей физической формой. Их подготовки будет достаточно для участия в конкурсах и танцевальных «батлах». Дети учатся выражать свои эмоции в танце и будут двигаться так красиво, как никогда раньше!

По всему миру педиатры обеспокоены сегодняшним положением дел – малоподвижные дети подвержены массе неприятных хронических заболеваний, вызванных образом жизни. Но у этой проблемы есть прекрасное решение – современные детские танцы.

Особый интерес представляет собой хип хоп для детей. Хип хоп – это культура, пришедшая к нам с нью-йоркских улиц. Среди других он выделяется благодаря энергичному спортивному стилю, яркости и оригинальности. Для подростков детская школа танцев – это возможность не только полюбить и освоить смелый и одновременно пластичный танец, но и получить живое общение в формате хип хоп культуры.