**Муниципальное бюджетное учреждение культуры**

**«Хабаровский центр театрального искусства «Бенефис»**

**«Путешествие в страну танца»**

**развивающая программа по хореографии**

Вид программы: *авторская*

Возраст детей: 4 *– 7 лет*

Срок реализации: 2*года*

Программу разработали:

Ушакова Оксана Игоревна

Филиппова Юлия Сергеевна

**г. Хабаровск**

**2018 г.**

**Пояснительная записка**

 На современном этапе развития общество стало остро нуждаться в креативных личностях. Всё большее значение придаётся художественно-эстетическому развитию подрастающего поколения, а это требует корректировки обычной системы воспитания и использования для этого совершенно новых методов.

 Сейчас неоспорим факт, что креативное мышление – это залог эффективного решения вопроса. Человек, который пользуется не только интеллектуальными способностями, но и использует свой творческий потенциал, способен к саморазвитию, самообразованию, умеет находить нестандартные пути решения вопроса, что только увеличивает его востребованность во всех сферах деятельности.

 Начинать развитие творческих способностей у человека необходимо в самом раннем возрасте, поэтому главными объектами новых методов воспитания выступают дети дошкольного и младшего школьного возраста.

 Одним из таких методов является воспитание посредством хореографии. Продуктивность такого воспитания обусловлена тем, что танец всегда привлекает внимание детей, они с радостью посещают занятия по хореографии и усердно совершенствуют свои умения.

 Уроки хореографии не только развивают навыки исполнения танца и способствуют физическому развитию, но и формируют в сознании ребёнка нормы поведения в соответствии с законом красоты. Это и правильная осанка, улыбка, красивая походка и многое другое. А учитывая, что для достижения качественного уровня потребуется много времени и максимум усилий, то у ребёнка разовьются такие черты характера, как трудолюбие, дисциплинированность, терпение и сосредоточенность. С помощью танца ребёнок учиться проявлять чувства, выражать эмоции, у него развивается воображение, музыкальный слух, чувство ритма, улучшается память. Коллективные занятия и публичные выступления помогают ребёнку раскрепоститься.

 Ребёнок, занятый хореографическим искусством имеет меньше свободного времени на бессмысленное времяпрепровождение, т.к. занят делом, стремится к цели, и это, несомненно, в последствии перенесётся и во взрослую жизнь, ускорив процесс самореализации.

 Таким образом, воспитательная сила хореографии очень велика и эффективна, потому что воздействует не только на сознание ребёнка, но и на его чувства и эмоции.

**Общая характеристика развивающей программы**

Развивающая программа по хореографии «Путешествие в страну танца» направлена на приобщение детей к миру танцевального искусства. Программа является первой ступенью комплексной программы «Искусство танца» МБУК ХЦТИ «Бенефис». Программа модифицированная, адаптированная, вариативная.

Танец - это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие музыкальных жанров повышает эмоциональность детей, развивает их воображение. Развитие творческих способностей достигаются у дошкольников в музыкально-ритмических и танцевальных движениях, которые заложены природой.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Умело подобранные упражнения, игры, танцевальные этюды позволяют быстро адаптировать вновь прибывших детей в группах с постоянным контингентом, в любой временной период календарного года.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий. В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчивое, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов программа предполагает чередование разных видов музыкально-ритмической деятельности: использование музыкально-ритмических игр и упражнений, этюды, импровизации, упражнения на расслабление.

Особое место в программе уделяется подбору музыкально-ритмического репертуара, который пополняется ежегодно в связи с современными требованиями.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения по развитию детей дошкольного возраста, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

**Цель программы** - комплексное развитие ребенка средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

- способствовать эстетическому и нравственному развитию ребёнка;

- привить устойчивый интерес к танцевальному искусству;

- укрепить здоровье детей;

- развить двигательную активность и координацию движений;

- развить музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);

- научить детей работать в коллективе, воспитать дух командности и взаимовыручки;

- сформировать творческую личность, способную к креативному мышлению.

Программа учитывает возрастные изменения в интересах детей, удовлетворяет их интерес к занятию хореографией в формах, соответствующих возрасту.

Программа ориентирована на детей младшего и среднего дошкольного возраста, от 4 до 7 лет и включает в себя 2 уровня:

1-ый уровень – начальный (4 - 5,5 лет);

2-ой уровень – подготовительный (5,5 - 7 лет).

Срок реализации программы – 2 года.

При успешном освоении данной программы ребёнку выдаётся Сертификат об окончании 1-ой ступени обучения, и он может продолжить занятия хореографией в основном составе по развивающей программе «Искусство танца».

**Организация и режим занятий:**

Программа представлена по годам обучения, в течение которых детям дошкольного возраста следует усвоить определенный минимум знаний, умений, навыков и сведений по хореографии. Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, которые обеспечивают ситуацию успеха для каждого ребенка.

**Формы занятий:**

- упражнения на развитие физических данных (середине зала, партер, диагональ);

- игровые занятия (игры на развитие воображения и артистизма, снятие мышечного зажима и т.п.);

- постановочные занятия;

- просмотр видео материалов;

- творческий показ.

Программа разделена на отдельные тематические часы, но в связи со спецификой занятий в хореографическом коллективе границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы разных разделов программы, что способствует большей продуктивности занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа:

- Начальный уровень обучения 1 час = 20 мин.

- Подготовительный уровень обучения 1 час = 30 мин.

Итого 8 занятий в месяц, 216 академических часов в год.

**Условия, необходимые для реализации программы:**

- просторный зал, оборудованный балетными станками и зеркалами со специальным покрытием пола (паркет, ламинат линолеум);

- раздевалка;

- наличие специальной танцевальной формы (гимнастический купальник, балетки);

- музыкальный инструмент, нотный материал и концертмейстер;

- музыкальная аппаратура и флэш-накопитель;

- гимнастические коврики;

- гимнастические маты;

- обручи, мячи, скакалки, блоки для растяжки;

- наличие методических пособий;

- фонотека с различной музыкой;

- ноутбук, проектор;

- сценические костюмы.

**Ожидаемый результат от реализации программы:** работоспособный творческий коллектив, владеющий начальными навыками танцевального искусства, необходимыми для продолжения обучения по программе «Искусство танца».

**Учебный план**

Начальный уровень (1-ый год обучения)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Количество часов |
| всего | теория | практика |
| 1. | Вводное занятие | 3 | 1 | 2 |
| 2. | Танцевальная азбука | 10 | 2 | 8 |
| 3. | Ориентация в пространстве | 10 | 2 | 8 |
| 4. | Танцевальная ритмика | 68 | 10 | 58 |
| 5. | Партерная гимнастика | 66 | 12 | 54 |
| 6. | Танцевальные игры и импровизация | 12 | 2 | 10 |
| 7. | Постановочная работа | 44 | 8 | 36 |
| 8. | Творческий отчёт | 3 | 1 | 2 |
| Всего: | 216 | 38 | 178 |

**Содержание программы**

**Вводное занятие**

Знакомство с детьми. Игра на знакомство «Снежный ком».

В игровой форме знакомство с понятиями «театр», «танец», «артист», «танцор», «зритель», «сцена», «кулисы», «гримёрка», «танцевальное приветствие».

Освоение танцевального поклона.

Техника безопасности на уроке хореографии.

**Танцевальная азбука**

Постановка корпуса.

Позиции ног: I, VI. Понятия «вытянутая» и «сокращённая» стопа.

Позиции рук: I, II, VI, подготовительная. Положение рук на поясе. Игра «Варежки-перчатки».

Танцевальный словарик.

**Ориентация в пространстве**

Понятия линия, колона, диагональ, круг, шахматный порядок, центр зала.

Упражнения на ориентировку в пространстве: повороты, построение в линию, колону, диагональ, различные перестроения, «Змейка».

Построение в круг, игра «Надуваем шарик», сужение и расширение круга.

Свободное размещение в зале, игра «Молекулы».

**Танцевальная ритмика**

Азбука природы музыкального движения: характер, темп, ритм музыки. Упражнение «Хлопушки-топотушки».

Эмоциональная выразительность юного танцора. Игра «Солнышко -Тучка».

Освоение танцевальных шагов, бега, танцевальных элементов.

Разминка на середине: «Часики» (наклоны головы), «Нехочуха» (повороты) головы, «Колобок» (вращение головой), «Незнайка» (подъём и опускание плеч), «Поезд» (вращательные упражнения для плечевого пояса), «Шалтай-болтай» (наклоны и перегибы корпуса), разогрев стоп.

Разминка по кругу: бытовой шаг, шаг с носка, ходьба на полупальцах, пятках, внутренней и внешней стороне стопы, шаги с высоко поднятыми коленями (маршевый шаг), шаги с ногами назад до ягодиц, лёгкий бег, бег с высокоподнятыми коленями вперёд и назад.

Танцевальные элементы по диагонали: прыжки на двух ногах по VI позиции, прыжки с поджатыми ногами, подскоки, бег с выбрасыванием ног вперёд и назад (ножницы), приставной шаг в сторону, шаг галопа, подготовка к шагу польки; шаг польки, шаги на импровизацию, подготовка к колесу.

**Партерная гимнастика**

Развитие физических данных. Исправление дефектов осанки.

Игра «Гимнастика в стихах».

Упражнения для развития эластичности мышц кистей и предплечья: «Замочек», «Волна», «Ёжик».

Упражнения на исправление осанки и укрепление мышц спины: «Рюкзачок», «Напряжение-расслабление», «Горка»

Упражнения на выработку выворотности стоп: «Иголочка-утюжок» (натяжение и сокращение стоп), «Солнышко» (круговые движения стопами), «Русалочка», «Бабочка», «Лягушка».

Упражнения на развитие гибкости позвоночника: «Змейка», «Рыбка», «Собачка», «Кошечка», подготовка к «Мостику», «Колобок».

Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага: «Складочка», «Книжка», «Телефон», «Куколка обиделась», «Экскаватор», «Паучок», продольный и поперечный шпагат.

**Танцевальные игры и импровизация**

 Снятие мышечного и эмоционального зажима, активация актёрских способностей, развитие воображения и фантазии, взаимодействие с партнёром.

Игра «Лево-право» (на запоминание и координацию).

Игра «Молекулы» (на ориентацию в пространстве, развитие музыкальности).

Игра «Танец с тенью» (на развитие внимания и взаимодействие с партнёром).

Игра «Кошки-мышки» (на развитие музыкальности, быстроту реакции и закрепление положения).

Упражнения на индивидуальную импровизацию: образы, навеянные музыкой, «Магазин игрушек».

Упражнение на релаксацию «Вообразилия».

**Постановочная работа**

Подготовка танцевальных игр-песенок на основе разученных движений: «Мы пойдём сейчас направо…», «Весёлая компания» «Учитель танцев» и т.п.

Прослушивание и совместный выбор музыкального произведения, обсуждение характера музыки, выбор сюжета, работа на постановкой танцевального номера.

**Творческий отчёт**

 Открытое занятие для родителей с последующим подведением результатов, игровой программой и вручением дипломов.

 Выступление на отчётном концерте МБУК ХЦТИ «Бенефис».

**К концу Начального уровня обучения ребёнок должен:**

**Знать:**

- понятия: «линия», «колона», «круг», «диагональ», «змейка», «вытянутая стопа», «сокращённая стопа», «полупальцы»;

- позиции рук и ног;

- хореографические названия упражнений;

- приёмы разминки и разогрева тела.

**Иметь представления:**

- о танце, как виде сценического искусства;

- о танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях;

- об особенностях строения своего тела.

**Уметь**:

- ориентироваться в пространстве;

- различать музыкальные размеры, темп и характер музыки, реагировать на их изменение;

- различать хореографические названия изученных движений;

- владеть своим телом, правильно выполнять упражнения (соответственно возрасту);

- передавать характер музыки, используя изученные движения;

- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога.

 При успешном освоении Начального уровня ребёнок переводится на Подготовительный уровень программы «Путешествие в страну танца».

**Учебный план**

Подготовительный уровень (2-ой год обучения)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Количество часов |
| всего | теория | практика |
| 1. | Вводное занятие | 3 | 1 | 2 |
| 2. | Танцевальная ритмика | 64 | 6 | 58 |
| 3. | Партерная гимнастика | 66 | 8 | 58 |
| 4. | Основы классического танца | 10 | 2 | 8 |
| 5. | Основы народного танца | 10 | 2 | 8 |
| 6. | Танцевальные игры и импровизация | 12 | 2 | 10 |
| 7. | Постановочная работа | 48 | 8 | 40 |
| 8. | Творческий отчёт | 3 | 1 | 2 |
| Всего: | 216 | 30 | 186 |

**Содержание программы:**

**Вводное занятие**

 Приветствие детей. Знакомство с новыми членами коллектива. Впечатления о каникулах. Постановка задач на новый учебный год.

 Техника безопасности на занятиях хореографией.

 Повторение пройденного.

**Танцевальная ритмика**

Продолжение работы по формированию и развитию музыкального слуха, чувства ритма, освоению новых танцевальных элементов. Формирование навыков координации в различных видах танцевальных шагов, бега и прыжков.

Освоение танцевальных принципов: от простого к сложному, от медленного к быстрому, посмотри и повтори.

Разминка на середине: «Часики» (наклоны головы), «Нехочуха» (повороты) головы, «Колобок» (вращение головой), «Незнайка» (подъём и опускание плеч), «Поезд» (вращательные упражнения для плечевого пояса), «Шалтай-болтай» (наклоны и перегибы корпуса), разогрев стоп.

Разминка по кругу:

- бытовой шаг, шаг с носка, ходьба на полупальцах, пятках, внутренней и внешней стороне стопы, шаги с высоко поднятыми коленями (маршевый шаг), шаги с ногами назад до ягодиц, лёгкий бег, бег с высокоподнятыми коленями вперёд и назад.

-танцевальный бег: бег с выбрасыванием ног вперёд и назад (ножницы), лёгкий бег, бег с высокоподнятыми коленями вперёд и назад, мелкий бег на полупальцах.

Танцевальные элементы по диагонали:

- прыжки: на двух ногах по VI позиции, прыжки с поджатыми ногами, прыжки на одной ноге, прыжки «в стороны - вместе», прыжки на двух ногах с изменением ритма;

- подскоки по одному и в паре;

- шаг галопа;

- шаг польки по одному и в паре;

- шаги на импровизацию;

- колесо.

**Партерная гимнастика**

Продолжение развития физических данных. Знакомство с новыми упражнениями, увеличение амплитуды движений и количества повторений.

Игра «Гимнастика в стихах».

Упражнения для развития эластичности мышц кистей и предплечья: «Замочек», «Волна», «Ёжик».

Упражнения на исправление осанки и укрепление мышц спины: «Рюкзачок», «Напряжение-расслабление», «Горка», «Лодочка», «Дощечка», «Берёзка».

Упражнения на выработку выворотности стоп, улучшение подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра: «Иголочка-утюжок» (натяжение и сокращение стоп), «Солнышко» (круговые движения стопами), «Стульчик», «Велосипед», «Русалочка», «Бабочка» (сидя и лёжа), «Лягушка».

Упражнения на развитие гибкости и улучшения подвижности суставов позвоночника: «Змейка», «Рыбка», «Собачка», «Кошечка», «Корзинка», «Мостик», «Колобок», «Цыганочка».

Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага: «Складочка», «Книжка», «Телефон», «Куколка обиделась», «Экскаватор», «Паучок», броски ноги назад (стоя на четвереньках), «Страус» (растяжка из положения стоя), глубокий выпад, продольный и поперечный шпагат.

**Основы классического танца**

Знакомство с понятиями «классический танец», «балет».

Просмотр отрывков из балета «Щелкунчик».

Постановка корпуса на середине зала и у балетного станка.

Позиции рук в классическом танце: I, II, III, подготовительная. Переход рук из позиции в позицию. Упражнение «Кукла»

Позиции ног в классическом танце: I, II. Понятие о выворотности ног. Упражнение «Чарли Чаплин».

Понятие «вытянутая стопа». Выведение ноги на носок вперёд и в сторону. Танцевальный шаг по диагонали с выворачиванием пятки.

Танцевальный словарик.

**Основы народного танца**

Знакомство с понятием «народный танец», «танцы народов мира», «русский народный танец», знакомство с русскими традициями и праздниками.

Просмотр народных танцев в исполнении ансамбля народного танца им. И. Моисеева.

Позиции рук в русском народном танце: I, II, III, на талии, открывание и закрывание рук.

Позиции ног в русском народном танце: I, II, III, VI.

Выведение ноги на каблук вперёд и в сторону. Разучивание «Ковырялочки».

Движения по диагонали:

- танцевальные шаги: на полупальцах, с носка, в полуприсядь;

- приставной шаг в сторону и вперёд;

- переменный шаг;

- гармошка.

**Танцевальные игры и импровизация**

На втором году обучения продолжается работа по активации и развитию творческих способностей. Детям предлагаются задания на создание хореографического образа на небольшие музыкальные произведения, задания на импровизацию.

Игра «Зеркало» (на развитие внимания и взаимодействие с партнёром).

Игра «Кошки-мышки» (на развитие воображения, быстроту реакции и закрепление положения).

Игра «Птички в клетке» (на развитие музыкальности, воображения, быстроты реакции).

Игра «Стоп-кадр» (на снятие внутреннего зажима, ориентацию в пространстве).

Задания на импровизацию: образы, навеянные музыкой; «Кукольное дефиле», «Репка».

**Постановочная работа**

Подготовка танцевальных этюдов, построенных на танцевальных шагах, подскоках, галопе, польке и т.д. в разном характере и ритме, которые могли бы стать частью любого концерта.

Прослушивание и совместный выбор музыкального произведения, обсуждение характера музыки, выбор сюжета, работа на постановкой танцевального номера.

**Творческий отчёт**

 Открытое занятие для родителей с последующим подведением результатов, игровой программой и вручением дипломов и сертификатов об окончании 1-ой ступени обучения.

 Выступление на отчётном концерте МБУК ХЦТИ «Бенефис».

**К концу Подготовительного уровня обучения ребёнок должен:**

**Знать:**

- понятия «классический танец», «балет», «народный танец», «танцы народов мира», «носок», «каблук»;

- хореографические названия элементов;

- позиции рук и ног в классическо и народном танце;

- возможности своего тела.

 **Иметь представление:**

- о классическо танце и балете в целом;

- о русском народном танца, о русских традиция и праздниках.

**Уметь:**

- правильно управлять телом (осанка, положение рук и т. д.);

- правильно и осознано выполнять упражнения (соответственно возрасту);

- владеть основными понятиями и навыками в классическом танце;

- исполнять изученные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца;

- самостоятельно, без показа педагога, выполнять элементы, танцевальные этюды, танцы;

- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;

- импровизировать под знакомую и не знакомую музыку.

 При успешном освоении программы «Путешествие в страну танца» ребёнок переводится на новый уровень обучения по программе «Искусство танца».

 **Главный ожидаемый результат:** овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

Приложение 1.

**Описание танцевальных игр и упражнений**

**«Право-лево»**

Упражнение на запоминание правой и левой руки.

Преподаватель читает текст и показывает движения, дети повторяют:

Упражнение № 1. Правая, левая – строят города (показываю, вытягивая поочередно вперед руки, а затем «строю» – ставлю одну руку над другой, как будто кладка кирпичей). Правая, левая – водят поезда (показываю руки, а затем «кручи руль» перед собой). Правая, левая – могут шить и штопать (показывая руки, а затем правой рукой имитирую работу иголкой – шью, левой рукой держу воображаемую ткань). Правая, левая – любят громко хлопать (показываю руки, а затем хлопаю).

Упражнение № 2. У меня есть две руки – и правая, и левая! Они в ладоши могут бить – и правая, и левая! Они мне могут нос зажать-и правая, и левая! За ухо могут потрепать!-и правая, и левая! Увидев маму, помахать -и правая, и левая! Воздушный поцелуй послать -и правая, и левая! И могут так меня обнять -и правая, и левая!

Упражнение № 3. Танец-игра «Буги-вуги». Преподаватель показывает движения, дети повторяют.

**«Танец с тенью»**

Упражнение на взаимодействие с партнёром.

Участники разбиваются на пары: один – ведущий, второй – его тень.

Задача: точно повторить движения партнёра, показать создаваемый им образ. Исполняется под музыку. Начинаем с простых движений на месте, постепенно усложняя: включаем в работу всё тело, передвигаемся по залу в соответствии с характером музыки.

Затем партнёры меняются местами.

**«Зеркало»**

Упражнение на взаимодействие с партнёром.

Участники разбиваются на пары: один – ведущий, второй – его отражение.

Задача: точно в «зеркальном отражении» повторить движения партнёра, показать создаваемый им образ.

Начинаем с движений одной руки, постепенно включаем ноги, корпус, голову, убыстряем темп.

**«Кошки-мышки»**

Упражнение на развитие музыкальности, быстроту реакции и закрепление положения.

Из группы детей выбирается один участник – он будет Кошкой. Остальные дети Мышки.

Пока играет музыка Мышки танцуют. Как только музыка остановилась, мышки должны замереть на месте в любой придуманной позе. Задача Кошки внимательно смотреть за Мышками и ловить тех, кто пошевелится после остановки музыки.

Мышка, которая осталась последней, побеждает и на следующем уроке становится Кошкой.

**«Птички в клетке»**

Упражнение на развитие музыкальности, воображения, быстроты реакции.

Дети разбиваются на две команды: одна половина, взявшись за руки, образует круг — клетку, другая — птицы, — располагается свободно по внешнему кругу.

Включается музыка. Дети, образующие клетку, поднимают соединенные руки вверх. Птицы начинают пробегать под руками в клетку и выбегать из нее.

Музыка неожиданно останавливается, и клетка закрывается.

Игроки внутреннего круга приседают и опускают соединенные руки вниз. Птицы, оказавшиеся в клетке, считаются пойманными. Они подключаются к игрокам внутреннего круга, взявшись с ними за руки. Таким образом, клетка расширяется.

Игра возобновляется и продолжается, пока все птицы не будут пойманы.

Примечание: в качестве музыкального сопровождения подбирают музыкальные мелодии для галопа, марша, прыжков, подскоков, польки.

**«Молекулы»**

Упражнение на запоминание своего места в зале, ориентацию в пространстве, развитие чувства ритма.

Дети стоят в шахматном порядке. Как только включается музыка, дети начинают хаотично перемещаться по залу. Музыка остановилась:

1 ситуация – дети должны быстро вернуться на свои места. Включается следующая музыка.

Музыка остановилась:

2 ситуация – дети должны образовав пару, равномерно распределиться по залу.

3 ситуация – дети собираются в «тройки».

Включается следующая музыка.

Музыка остановилась:

4 ситуация – дети возвращаются на свои места.

Задача детей не сталкиваться друг с другом при перемещении по залу, реагировать на изменения музыки.

**«Магазин игрушек»**

Упражнение на индивидуальную импровизацию.

Ситуация: дети прогуливаются по магазину игрушек. По первому хлопку преподавателя они останавливаются у понравившейся игрушки, рассматривают её. По второму хлопку дети «превращаются» в игрушку и начинают танцевать, пытаясь своими движениями выразить её характер. Условия упражнения: все игрушки – механические (дети должны уловить пластику дискретных движений). По хлопку преподавателя упражнение заканчивается, - игрушки превращаются в детей.

**«Стоп-кадр»**

Упражнение на снятие внутреннего зажима, ориентацию в пространстве. Дети располагаются по всему залу в шахматном порядке. Включается музыка: дети начинают хаотично двигаться в соответствии с характером музыки. Музыка останавливается и дети замирают:

1-й вариант - в разных позах, представляя собой скульптуры

2-й вариант - с улыбкой на лице.

Ведущий делает комментарий; после повторного сигнала все продолжают двигаться (повторяется 5-8 раз).

Игру можно провести как «конкурс скульптур» и «конкурс улыбок».

Музыка: веселая зажигательная (возможны разные стили, где прослеживается ярко выраженный ритм), темп быстрый.

**«Кукольное дефиле»**

Упражнение на индивидуальную импровизацию.

Дети прослушивают музыку, придумывают себе образ какой-либо куклы или игрушки, её характер. Затем выстраиваются друг за другом в колону для движения по диагонали и под музыку показывают дефиле в придуманном образе.

**«Репка»**

Упражнение на выработку чувства ансамбля и умение развить мотив (основной элемент) танца.

Дети разбиваются на команды по 7 человек: Репка, Дедка, Бабка, Внучка, Жучка, Кошка, Мышка (количество человек можно варьировать добавляя или сокращая количество героев).

Первый персонаж, Репка, задаёт мотив, придумывая движение. Дедка должен повторить движения Репки и дополнить мотив свои элементом. Следующий персонаж должен повторить уже два элемента и дополнить своим и т.д. до Мышки. Финал упражнения: все персонажи синхронно исполняют танец целиком.

**«Вообразилия»**

Упражнение на расслабление, снятие мышечного напряжения. Дети ложатся на ковёр в любую удобную позу, расслабляются и закрывают глаза.

Преподаватель фоном включает красивую спокойну музыку и читает текст:

Представьте себе, что сегодня прекрасный летний день. Вы находитесь на лугу. Прямо перед собой вы видите красивую бабочку, которая порхает с цветка на цветок.

Проследите за движениями её крыльев. Теперь каждый пусть вообразит, что он – бабочка, что у него красивые и большие крылья.

Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз, вверх и вниз... Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе.

А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нём ярких цветов... Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка.

Медленно и плавно приземлитесь на мягкую серединку цветка. Рассмотрите его и цветы вокруг. Соберите пыльцу. Вдохните его аромат ещё раз... и откройте глаза.

**Гимнастика в стихах**

Игра на развитие физических данных и воображения.

Руководитель читает текст, дети выполняют движения:

В небе солнышко плывёт,

Сильный ветер травку мнёт.

В ручейке журчит водичка,

Машет хвостиком лисичка.

По листку ползёт улитка,

Лезет ящерица прытко.

Слон кивает головой,

Ловит белка хвостик свой.

Корешки медведь копает,

Квочка листья разгребает.

Рыбку ловит хитрый кот,

Лапкой «цап» и сразу в рот.

В речке уточка плывёт,

А в траве змея ползёт.

Быстро прыгает лягушка,

Навострил зайчишка ушки.

Тихо бабочка сидит,

Под водою рыбка спит.

Воробьишка прыгает,

Весело чирикает.

А ворона ходит,

Что-нибудь находит.

В синем-синем море плавает дельфин,

А по снегу ходит маленький пингвин.

Прыгает и скачет зайка молодой

Чешется собачка заднею ногой.

Серенькая мышка в норочке сидит,

А медведь в берлоге до весны храпит.

Кошечка проснулась – спинку выгибает,

Маленький котёночек ушко умывает.

На дерево лезет хитрющий медведь,

Мёду наелся и начал реветь.

Наша собачка любит играться,

Бегать и прыгать, кусаться, лизаться.

С неба огромный орёл опустился,

Утром чудесный цветок распустился.

Деревья красиво ветками машут,

Чукчи на Севере весело пляшут.

Беленький козлёнок рожками бодается,

Рыжий жеребёнок ножками брыкается.

Бурый медвежонок в траве кувыркается,

Пушистый котёнок в песочке капается.

Спинку выгнул червячок,

Надул щёчки хомячок.

Уж ползёт среди камней,

Ястреб молнии быстрей,

Ёж свернулся – круглым стал,

Развернулся, побежал.

Тихо облака плывут,

Все здоровыми растут!

**Список литературы:**

Барышникова Т.К. «Азбука хореографии»: методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 256 с., ил.

Ваганова А.Я. «Основы классического танца». 8-е изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань», 2003. – 192 с., ил.: ноты.

Дубкова С.И. «Жар-птица. Балетные сказки и легенды», - М.: Издательство «Белый город», 335 с., ил.

Гваттерин М. «Азбука балета». Перевод с ит. - М.: БММ АО, 2001. – 240 с.: ил. (серия «Учимся танцевать».)

Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца»: Учеб. пособие для ВУЗов искусств и культуры. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 208с., ил.: ноты.

Зихлинская Л., Мей В. «Первые шаги. Примеры уроков для молодых педагогов профессиональных хореографических кчилищ»: Практ. пособие по методике преподавания классич. танца в мл. классах (первый год обучения). – К.: ЛОГОС, 2003. – 360 с.: илл.

Лифиц И.В. «Ритмика»: Учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 224 с., ил.

Луговская А.Е. «Ритмические упражнения, игры и пляски»: для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: «Советский композитор», 1991. – 111 с., ил.: ноты.

«Народные танцы»/авт.-сост. О.В. Иванникова. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2007. – 62, [2]с.: ил. – (Танцуют все!)

Прутова Т.П., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать»: Учеб. пособие. М.: ВЛАДОС, 2004.

Уральская В.И. «Рождение танца». М.: Сов. Россия, 1982. – 144 с.

Чеккети Г. «Полный учебник классического танца». Перевод с ит. Е. Лысовой. – М.Ж АСТ: Астрель, 2007. – 504, [8] с.: ил.

Школа танцев для детей. – СПб.: «Ленинградское издательство», 2009. – 224 с.

Информационный портал для хореографов [http://www.horeograf.com](http://www.horeograf.com/)