

КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА НА СПАССКОЙ»

ОДОБРЕНО
на заседании
методического совета
от « 8 » февраля 2021 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ:
Директор КОГАУ ДО
«Центр творчества на Спасской»
Т.А. Булычева 2021 г.


Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Танцуем, играя»

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Зенина Наталья Николаевна,
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория

г. Киров, 2021

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	10
3. Содержание дополнительной образовательной программы	
1-й год обучения.....	18
2-й год обучения.....	23
4. Методическое обеспечение программы.....	28
5. Литература.....	32
6. Приложения.....	36

Пояснительная записка

«Игра ребенка не есть простое воспоминание о пережитом,
но творческая переработка пережитых впечатлений,
комбинирование их и построение из них новой действительности,
отвечающей запросам и влечениям самого ребенка»
Л.С. Выготский

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. *Танец* – это богатейший источник эстетических впечатлений ребенка. Детскому танцу характерна сюжетная основа, образность, что и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая признана основой детского творчества.

Дополнительная образовательная программа «Танцуем, играя» включает в себя апробированные практические наработки педагогов-хореографов, углубленно и творчески занимающихся с детьми дошкольного возраста.

Реализация программы осуществляется на основе ряда законов и нормативных документов:

- Конвенция ООН о правах ребенка, ч.1, ст. 29 и 31;
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Устав и локальные акты КОГАУ ДО «Центр творчества на Спасской»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 15.08.2013 № 706 (г. Москва) «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 22.03.2017 №520-р «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года».
- Приказ Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».

Методический материал для программы собирался по крупицам в течение 10 лет из разных источников: научные, теоретические исследования, связанные с психофизиологическими особенностями детей дошкольного возраста 5 - 7 лет, опыт отечественных и зарубежных педагогов-практиков в этой области (Макаренко А.С., Ушинский К.Д., Выгодский Л.С., Эльконин Д.Б., Гальперин П.Я., Ваганова А.Я., Базарова Н.П., Мей В.П., Буренина А.И., Коренева Т.Ф., Пряхина О.В., И. Хейзинг), а так же материалы по проблемам развития детей на современном этапе (Леонтьева Т.А.).

Современный ребенок постоянно находится на грани стресса. Особенно это касается детей, живущих в крупных городах, мегаполисах. Занятость родителей, их социальная усталость, отсутствие помощников в воспитании детей, или излишнее их количество, все это обременяет детей, негативно сказываясь на их психологическом и физическом здоровье. Отмечаемое в мире снижение объема двигательных нагрузок не обошло стороной и детей. Подобное состояние приводит к нервно-психической и общей соматической ослабленности, что в свою очередь вызывает чрезмерное утомление и понижение работоспособности ребенка.

Выход из этой ситуации очень прост, необходимо присмотреться к естественным проявлениям ребенка на данном возрастном этапе, учесть особенности психического развития, сделать необходимые выводы: когда дети остаются одни, они начинают играть, играть в разные игры, с разными партнерами, с фантастическими и разнообразными атрибутами.

Игра — это особый вид деятельности. До школы у ребенка игровая деятельность считается ведущей. Особенно популярны у детей игры, требующие активности, выплеска природной энергии, присущей этому возрасту.

Подвижные игры очень рано входят в жизнь ребенка. Растущий организм постоянно требует активных движений. Все дети, без исключения, любят играть с любыми предметами, которые они могут приспособить к игре.

Все подвижные игры развивают как физическое здоровье ребенка, так и его интеллектуальные способности. Они несут, кроме интереса для ребенка, еще оздоровительную нагрузку и эмоционально-психическую разрядку. Он укрепляет разные группы мышц, тренирует вестибулярный аппарат, улучшает свою осанку, снимает утомление и повышает работоспособность. Кроме того, подвижные игры учат детей инициативе и самостоятельности, преодолению затруднений — развивая в них рефлексию и волю.

Значение игры для ребенка дошкольного возраста

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры. Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства. Игра всегда являлась для детей любимым занятием, и с ее помощью можно увлечь ребят в любой вид занятий. Поэтому игровая деятельность прослеживается буквально во всех сферах обучения и развития ребенка.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга*, присутствует в еще большей мере. *«О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».*

➤ Игра обладает мощными развивающими характеристиками. Она влияет на развитие всех познавательных процессов: мышления, внимания, памяти и, конечно же, воображения.

➤ Игра организует чувства ребенка и влияет на его поступки. В игре воспроизводятся нормы жизни в обществе, правила поведения, моделируются ситуации, близкие к жизненному опыту ребенка.

➤ С эмоциональной точки зрения технология игры феноменальна и не похожа на другие воспитательные технологии. Она предлагает детям удовольствие, разнообразные развлечения и одновременно с этим формирует необходимые для жизни в обществе модели нравственного поведения.

➤ Овладевая знаниями, полученными в ходе игры, ребенок приобщается к культуре страны, в которой живет и культуре мира.

➤ Игра помогает ребенку усвоить общественный опыт и превратить его в достояние личности. Кроме того, в игре ребенок активно общается со сверстниками. Это значительно расширяет его умения общения.

➤ Именно в игре развивается воля ребенка, поскольку ребенок, овладевая в ходе игровой деятельности каким-либо новым для него способом действий, учится преодолевать трудности.

➤ В ходе игры развивается умственная деятельность ребенка. Ведь игра требует решения новых, постоянно усложняющихся задач.

Таким образом, спецификой подвижных игр является то, что их использование дает не только физическое, но и эмоциональное удовлетворение. Эти игры создают большие возможности для проявления инициативы и творчества детей, поскольку кроме богатства и разнообразия движений, предусмотренных правилами, дети обладают свободой их применения в различных игровых ситуациях. В процессе игры ребенок без психического напряжения, с удовольствием усваивает разного рода информацию, знания об окружающем мире, познает себя.

Такое состояние ребенка дает нам прекрасную возможность в игровой форме ввести ребенка в мир танца. Обучение детей дошкольного возраста танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от педагога, как знания определенной соответствующей методики, так и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства.

Очевидно, что танцу присущи образность, сюжетная основа. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского**, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников различных способностей.

**Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте М.: Просвещение, стр.7, 1993 г.

У ребенка, погруженного в мир танцевального искусства, развивается чувство ритма, формируется умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, при этом ориентироваться в пространстве, одновременно развивать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Существует множество форм художественного воспитания детей, однако хореография занимает особое место. Занятия хореографией разнонаправленно развивают личность ребенка и впоследствии помогают ему в другой деятельности. В процессе танцевальных занятий ребенок не только учится понимать и создавать прекрасное, у него развивается образное мышление и фантазия, создаются предпосылки для гармоничного пластического развития.

Таким образом, зерно данной программы - два взаимообогащающих и взаимодополняющих понятия: танец через игру, игра через танец.

В Студию «Танцуем, играя» ежегодно, принимаются дети в возрасте 5-7 лет. Учитывается искренне стремление детей к творческому самовыражению в области танцевального искусства. Так же учитывается мотивация родителей предоставить своему ребенку возможность полноценного развития, творческой реализации в благоприятных условиях, предоставленных в рамках учреждения дополнительного образования детей: интеллектуальный ресурс образовательных программ, организованный учебно-воспитательный процесс, профессиональная команда педагогов и др.

Данные детей на этапе формального приема не отслеживаются.

Однако, весь следующий месяц считается испытательным и адаптационным, в течение которого ведется пристальное наблюдение за:

- социальной адаптацией ребенка в группе сверстников,
- уровнем его мотивации к данному виду творчества,
- психофизиологическими особенностями и проявлениями ребенка,
- выявляется уровень потенциальных способностей и возможностей в области хореографии,
- возможностью систематически, согласно расписанию посещать занятия.

Если ребенок набирает по каждому из пунктов балл ниже среднего и ситуация не поддается коррекции, то испытательный срок считается не пройденным. Родители предупреждаются об этом условии при поступлении, на родительском собрании.

Организация образовательного процесса

Ежегодно (август, 1-я неделя сентября) Студия развития детей дошкольного возраста «Танцуем, играя» осуществляет набор детей в возрасте 5-7 лет. Одним из условий приема является предоставление родителями ребенка медицинской справки от ортопеда и терапевта об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией. Такими противопоказаниями являются: заболевания опорно-двигательного аппарата (ДЦП, ЛТП, дисплазия, значительное плоскостопие, значительная степень сколиоза), пупочная грыжа, различные виды отставания в развитии.

Для поступивших детей, выполнивших все организационные требования, занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут (с учетом возраста ребенка). В конце каждого полугодия у всех групп проходят открытые занятия, где воспитанники демонстрируют знания, навыки и умения в рамках программного курса. Показателем успешности совместной творческой деятельности учеников и педагогов является сценическое выступление на годовом отчетном концерте.

Форма обучения – групповая. Количество воспитанников в группе 12 – 15 человек. Программа обучения рассчитана на 2 года.

Цель и задачи

Создание фундамента для пластического самовыражения, самореализации, раскрытия творческого потенциала через приобщение детей дошкольного возраста (5 – 7 лет) к миру танцевального искусства посредством погружения в творческую игровую атмосферу.

Перед педагогом, работающим с дошкольным возрастом в рамках представленной программы, стоит ряд *образовательных, развивающих и воспитательных задач*:

- введение воспитанников в мир пластической культуры детского танцевального творчества через яркие понятные образы и игровые моменты,
- освоение азбуки танца (базовых знаний, умений и навыков в рамках программы) в игровой непринужденной форме,
- развитие музыкальности и чувства ритма, умения слушать и слышать музыку,
- освоение элементарных дисциплинарных правил и культуры поведения,
- развитие воображения, фантазии, творческой свободы,
- воспитание эмоционально-волевой сферы личности ребенка (воля, упорство, трудолюбие, выносливость),
- воспитание таких качеств личности как доброта, дружелюбие, открытость, способность к сопереживанию,
- воспитание эстетического и художественного вкуса,
- стимулирование потребности познавать, исследовать, пробовать.

Отличительные особенности программы

В дошкольном возрасте, как уже отмечалось, ведущей деятельностью становится сюжетно-ролевая игра ребенка, имеющая важное значение для его психического развития. В этом возрасте происходит быстрый рост и физическое развитие ребенка, развитие координации движений, крупной и мелкой моторики.

Педагоги, врачи, родители стали замечать, что у большинства современных детей, особенно городских, отмечается как общее моторное отставание, так и слабое развитие моторики рук.

Еще лет двадцать назад взрослым, а вместе с ними и детям, большую часть домашних дел приходилось выполнять руками: стирать и отжимать белье, перебирать крупу, вязать, вышивать, штопать и т.д. Сейчас не принято штопать одежду, мало кто занимается рукоделием, многие операции за человека выполняют машины - кухонные комбайны, стиральные машины.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Таким образом, проблемы и трудности в развитии детей, созданные техническим прогрессом на современном этапе, требуют от педагогов творческого неординарного подхода в работе с детьми, быстрого реагирования, поиска нового «инструментария» в области полноценного развития и воспитания детей, коррекции недостающих функций.

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцуем, играя», отвечает на это вызов времени наличием, помимо основной цели, сопутствующей **целевой установкой**: скорректировать у детей 5 – 7 лет некоторые двигательные функции, которые либо недостаточно сформированы для данного возраста, либо не привиты, либо утрачены. Именно эта цель делает программу новаторской и **составляет ее новизну**.

Программа на протяжении всех 3 лет содержит блок (часть занятия), который включает в себя игры и упражнения, *помогающие укрепить руки ребенка, развить согласованные движения рук, дифференцированные движения пальцев рук.* Кроме того, занятия мелкой моторикой окажут благотворное влияние на общее развитие ребенка, помогут ему стать более самостоятельным и уверенным в себе.

Важное условие программы: необходима предварительная стажировка педагогам коллектива под руководством опытного наставника, имеющего опыт работы по этой программе и знающего ее особенности.

Прогнозируемый результат

По окончании изучения программы «Танцуем, играя» воспитанники должны продемонстрировать:

- освоение базовых знаний, умений и навыков по хореографии;
- уверенное владение методикой исполнения основных хореографических движений;
- умение использовать полученные знания и навыки для публичных выступлений в рамках открытых занятий и концертных выступлений;
- способность к эмоционально-пластическому самовыражению, органичному детской природе;
- проявление устойчивого интереса к занятиям;
- желание пробовать, не боясь неудач, умение адаптироваться к ситуации;
- умение сотрудничать с педагогом и товарищами в ходе творческого процесса.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Раздел программы	1-й год обучения (5-6 лет) 2 раза в неделю			2-й год обучения (6-7 лет) 2 раза в неделю		
	окч*	т*	п*	окч	т	п
	1. Вводное занятие	1	1	-	1	1
2. Игровая ритмика	12	2	10	6	1	5
3. Азбука танца	10	2	8	14	2	12
4. Пальчиковая гимнастика	25	3	22	23	1	22
5. Игровая партерная гимнастика	17	3	14	18	2	16
6. Танцевальные этюды	2	1	1	4	1	3
7. Постановочная работа	3	1	2	4	1	3
8. Открытые уроки	2	-	2	2	-	2
Итого:	72	13	59	72	9	63

*сокращения: окч – общее количество часов, т – теория, п – практика

Общая характеристика разделов

Вводное занятие

Первое вводное занятие дает возможность педагогу познакомиться с детьми и родителями, дать информацию о правилах и режиме работы и расписании, а так же о дисциплинарных требованиях, решить вопросы организационного характера.

Игровая ритмика

Игровая ритмика – система музыкально-ритмического воспитания, внедряемая в игровой форме, азбука музыкального движения. Знакомство с азбукой музыкального движения, элементами музыкальной грамоты помогает дошкольникам научиться согласовывать свои действия с музыкой, исполнять движения соответственно темпу, ритму и характеру музыкального сопровождения. В раздел входят музыкальные игры, упражнения, отражающие в движении характер, динамические оттенки музыки. В занятия включены простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их исполнения.

Метод заключается в развитии чувства ритма — чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мускульной деятельностью ребенка, что помогает впоследствии достичь автоматизма в самых сложных движениях. Знание элементов музыкальной грамоты необходимо для определения характера музыки, темпа, ритма, динамики, структуры музыкального произведения (музыкальное вступление, затакт, музыкальная фраза и пр.).

Азбука танца

Азбука танца является основой хореографической подготовки детей. В раздел входит изучение простых танцевальных шагов, упражнения для формирования правильной осанки, позиций ног и положения рук (за спиной, вдоль корпуса, «за юбочку», на талии), доступных этому возрасту. Функциональная значимость данного раздела: формируется понятийный аппарат в области хореографии, закладываются основы балетной осанки, повышаются функциональные

возможности внутренних органов и систем, воспитывается культура движения, развивается общая и пространственная координация и тела.

Игровая партерная гимнастика (игровой стретчинг)

Игровая партерная гимнастика относится к тем ценным методикам, которые выполняют функцию профилактики различных детских недугов, а так же их коррекцию. Уникальность игрового стретчинга состоит в том, что именно через игру идет влияние на детский организм: активизируются его защитные силы, у детей вырабатывается способность управлять своим телом, психической и эмоциональной сферой, активно развиваются творческие задатки.

В основе данной методики лежит статическая растяжка мышц всего организма: позвоночных, суставно-связочных, мышц рук и ног. Игровая гимнастика в партере (с использованием возможностей твердого покрытия, пола) оказывает серьезную поддержку всему организму в плане оздоровительного воздействия: формируется правильная осанка, исправляются ее нарушения, происходит профилактика иных деформаций позвоночника. Помимо этого развивается координация движений, эластичность мышц, у детей воспитываются такие качества как выносливость и усердие.

Методика игрового стретчинга состоит из целого ряда несложных упражнений, которые могут выполнить дети любого возраста. Именно поэтому она не имеет возрастных ограничений. Каждое упражнение носит вполне законченную смысловую нагрузку. Все занятия и физические упражнения партерной гимнастики проводятся в интересной, театральной форме. Используются различные тематические и сюжетно-ролевые игры, в которых все задания и ситуации взаимосвязаны, либо конкретное задание имеет свою завершенную драматургию.

Перевоплощение в любимых сказочных и мультипликационных героев в процессе занятий пробуждает в детях искренний интерес, и тем самым, мотивирует выполнение нужных движений. Делаются они без вмешательства со стороны, а их медленный темп дает возможность ребенку прочувствовать все свое тело, при этом сохраняется максимальная безопасность для здоровья. Важно учитывать, что дает более высокие результаты не объем выполненных упражнений на занятии, а их постоянство.

Игровая гимнастика позволяет добиться следующих результатов:

- малыши становятся более раскрепощенными в общении, свободными в своих движениях,
- избавляются от комплексов, тревожности, психологических зажимов,
- наблюдается положительная статистика снижения уровня заболеваемости.

Каждое занятие проходит с разыгрыванием сюжетов, историй, сказок под ритмичную музыку. Вся игра разбивается на несколько фрагментов, и структура такого занятия выглядит следующим образом:

Вводный этап.

Выполняется музыкальная разминка, задача которой подготовить детский организм к дальнейшим нагрузкам: к более сложным и интенсивным упражнениям.

Основной этап. Дети знакомятся с новыми движениями, учатся их выполнять, а также закрепляют ранее изученные. Именно на этом этапе идет включение упражнений стретчинга, направленных на развитие и укрепление физических

данных детей. Последовательность всех упражнений распределяется таким образом, чтобы тело ребенка получало равномерную нагрузку.

В конце этапа дети играют в подвижную игру, цель которой – развитие двигательной активности и коммуникативных качеств.

На каждой последующей такой тренировке должна быть задействована новая группа мышц.

Завершающий этап. Проводится специальная игра для восстановления дыхания, либо упражнение из раздела «пальчиковая гимнастика» или игра на внимание. Здесь важно привести организм детей в спокойное состояние.

Пальчиковая гимнастика. Речь и моторика.

Пальчиковые игры – тренировка мелкой моторики пальцев рук. Она помогает ребенку в любой предметной деятельности.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий. Педагоги и психологи рекомендуют начинать активную тренировку пальцев ребенка уже с восьмимесячного возраста.

Данный раздел программы предлагает несложные движения для пальчиков: самомассаж, как вид пассивной гимнастики, а так же, небольшие добрые стишки, потешки, песенки «переложенные на пальцы». Такой набор упражнений поможет развить координацию, почувствовать ритм и одновременно с этим развить речь ребенка, подготовить руку к письму. Самомассаж оказывает тонизирующее действие на ЦНС, улучшает функции рецепторов. Велико *положительное влияние* пальчиковых упражнений не только на дикцию и артикуляцию малыша, но и на умственную деятельность, работоспособность, творческую активность.

Речь и моторика. Детские песенки, стихи, произнесенные нараспев, с одновременной работой всей кисти руки и отдельно пальцев позволяют успешно скорректировать даже заикание (психологической основой заикания является запрет на действие, запрет на проявление эмоций).

В программу Студии развития «Танцуем, играя» вошел передовой опыт в области представленных тренингов. Дети с удовольствием воспринимают упражнения с элементами мелкой моторики, проговаривая и пропевая слова, фразы, предложения в определенном ритме и темпе: «Посчитаем пальчики», «Ищет, ищет кот-коток», «Варежки – перчатки», «Два большие пальца спорят», «Пианино», «Отгалкиваем тучки» и многие другие. Забавные стихи, песенки, потешки в сочетании с пальчиковой гимнастикой позволяют проводить танцевальные занятия с детьми в игровой форме, интересно, содержательно и с максимальной пользой.

Танцевальные этюды

Это танцевальные комбинации, связки, содержащие элементы будущих или уже существующих постановок для этого возраста. Использование формы коротких

танцевальных блоков, этюдов облегчает впоследствии постановочную работу, укорачивает процесс «процесс» чистки номера, так как необходимые элементы, перестроения и рисунки уже отработаны. Танцевальные этюды кропотливо создаются на лексике балетмейстерских работ, существующих в репертуаре коллектива для этой возрастной группы.

Постановочная работа

Цель данного раздела программы создание сюжетных хореографических композиций, несущих идейно-воспитательную и художественно-эстетическую нагрузку. При создании танцевальной лексики учитываются возможности детей, а драматургия номера выстраивается на ярких образах с учетом возрастных интересов и предпочтений.

Этапы постановочной работы:

- генерация идеи и подбор соответствующего музыкального материала;
- разработка драматургии номера;
- подбор танцевальной лексики;
- разучивание на базе созданной лексики учебных этюдов;
- разводка с использованием танцевального рисунка;
- отработка номера.

Открытые уроки

Одна из форм контроля результативности. Подведение итогов осуществляется на базе анализа результативности учебно-воспитательного процесса. Проводится 2 раза в год (декабрь, май) как открытое занятие для родителей, педагогов, работников Центра творчества на Спасской.

3. Содержание дополнительной образовательной программы

Содержание программы: 1-й год обучения, 5 — 6 лет

		Задачи по разделам программы	
№	Название раздела	Содержание программы	
1.	Вводное занятие для детей и родителей 1 час	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство с детьми, вновь пришедшими в коллектив; - «Путешествие Незнайки» в места и страны: «Хореография», «Зал, где танцуют», «Истоки»; - знакомство с правилами и режимом работы (расписанием); - знакомство с дисциплинарными требованиями: правила и нормы поведения в хореографическом классе и за его пределами, внешний вид, требованиями к форме для занятий для группы 2-го года обучения, инструктаж по технике безопасности. 	<p>Предоставить полную информацию родителям о правилах, требованиях, режиме, планах УВД* особенностях работы Студии в ЦРТДиЮ.</p> <p>Познакомить с историей коллектива и персоналиями вновь поступивших детей.</p> <p>Оказание помощи в благополучной социализации новичков.</p> <p>Создание благоприятной психологической основы во взаимоотношениях «ребенок-ребенок», «педагог-ребенок», «педагог-родитель», «родитель-ребенок».</p>
2.	Игровая ритмика 10 часов	<ul style="list-style-type: none"> - закрепление понятий «музыкальное вступление», «музыкальная фраза», «ритм», «темп» через яркие доходчивые образы; - музыкально-пространственные перестроения (колонна, шеренга, хаос, внутренний и внешний круг, по диагонали, шахматный порядок и т.д.); - продолжение освоения музыкальных размеров: 2/4, 4/4, 3/4 через громкий счет, ритмические хлопки, шаги, счет про себя; - музыкально-танцевальные игры для закрепления понятий. 	<p>*УВД – учебно-воспитательная деятельность</p> <p>Дальнейшее развитие способности слышать и слушать музыку, воспринимать ее настроение характер, темп, улавливать ритм.</p> <p>Формирование навыка уверенно, точно соотносить свои движения с музыкальным сопровождением.</p> <p>Дальнейшее развитие музыкально-слухового восприятия, чувства ритма.</p>

3.	Азбука танца	Закрепить наработанный понятийный аппарат хореографических терминов, проучить новую терминологию.
12 часов	<p>Основные понятия: этикет маленького танцора, поклон-приветствие: *см. Приложение №5, 2-я раскладка; постановка корпуса, коррекция осанки, основные положения рук (на талии: кисть направлена, кисть – в «кулачках»), упр-е «Ароматная роза», <i>alonge</i> – учебная форма, «зефирный мешочек» – имитация подготовительной позиции), простые позиции ног – VI, I-я свободная, II-я свободная, положения головы;</p> <p>Освоение пространственных положений</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа с пространственной ориентацией: понятия «колonna», «шеренга», «дистанция», «шахматный порядок», «по линии танца»; элементарные рисунки, простые перестроения из одного рисунка в другой; - игры-ориентир: «Первая точка, второй уголок»** <p>см. Приложение № 1, «Только стены. Только углы»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - скорость в пространстве - игра «Пешеходы. Автомобили. Самолеты»; <p>Элементарные виды шагов и бега:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаги: с натянутого носка, с высоким подниманием бедра; руки на поясе, - ходьба «на носках», «на пятках», чередуя по схеме 8*8, 4*4 (руки на поясе, на плечах, за спиной в «замочек», над головой в «замочек»), приставные шаги с продвижением в сторону по линии танца, или против линии танца (на всей стопе, после усвоения – на полупальцах), - по диагонали: мелкий бег по VI позиции (руки за спиной), бег с отбросом голени назад (руки на поясе), бег с выбросом ног вперед «Футболисты» (руки на поясе), подскоки (руки свободные, на поясе), галоп (руки – на поясе), - стенический шаг (по кругу) с вытянутого носка в сочетании с подъемом и опусканием рук для восстановления дыхания, 	<p>Диагностика и дальнейшая настройка психомоторных способностей детей. Дальнейшее развитие осознанности мышечного чувства. Дальнейшее развитие необходимых двигательных навыков. Формирование правильной, красивой осанки. Воспитание силы воли, трудолюбия, упорства, дисциплины. Развитие двигательной координации и памяти. Формирование эстетического вкуса на приемлемых для данного возраста образах и понятиях.</p>

	<p><i>Комбинирование шагов и прыжков:</i> марш-комплекс, положенный ритмически на стихи-речевки. «В зал зашел», «Мы шагаем», «Станем выше-выше всех», «Дождик, кап-кап», «Шел по лесу старичок», «Пятачок у поросенка»*** см. Приложение № 4;</p> <p><i>Разминка на середине зала:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнения для разогрева мышц: шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника, проработка плечевого пояса и лучезапястных суставов, мышц и суставов ног, -упражнения для развития прыжка: подготовка к прыжку: plie-geleve по VI позиции: малые и средние прыжки по VI позиции с остановкой и подряд, вправо и влево, вперед и назад (с проработкой методического требования «пятки после прыжка – на полу»); -игра-песенка «Лука справа»; <p><i>Упражнения для развития координации:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - общая координация: правая и левая половина тела; - согласованные движения рук и ног в положениях: стоя, с пружиной в коленях: «Носы и уши», «Клад», «Стул. Стол. Крыша»; 	
<p>4. Пальчиковая гимнастика</p> <p>23 часа</p>	<p><i>Упражнения на развитие мелкой моторики:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - самомассаж кистей рук: растирания подушечек пальцев в направлении к ладони одной руки, похлопывания, захваты: «Пунктиры», «Согреем ладошки», «Ищет кот клубок», «Каток», «Пила», «Утюжок», «Буравчик», «Краб», «Спиральи»*; - речь и моторика: «Рассказывая, показываем»: упражнения-истории для пальчиков: «Кенгуру-Зайчик», «Скрестно-врозь», «Пианино», «Отталкиваем тучки», «Бабушкины очки». <p>См. Приложение № 2</p>	<p>Закрепление навыка подражания движениям рук взрослого.</p> <p>Оказание тонизирующего действия на ЦНС, улучшение функции рецепторов.</p> <p>Отладить уверенные движения кистей и пальцев рук в простых и более сложных сочетаниях.</p>

<p>5. Игровая партерная гимнастика 18 часов</p>	<p>- упр-я для укрепления мышц спины: «Солнце-Тучки», «Королевская спинка», «Полет большой птицы»; - упр-я для развития голеностопа, тазобедренных суставов, пресса: «Флекс-пуанте», «Собираем крошки», «Качели для друга», «Бревно и кран», «Детективная история», «Бабочка, нектар и хоботок»; - упр-я для развития общей гибкости и пластичности, игровой стретчинг: «Ветер травы наклонил», «Капитан, улыбайтесь!», «Слабо», «Тили-тили»; «Лягушачий балет», «Цирк», «Акробаты». См. Приложение № 3</p>	<p>Обеспечение планомерного оздоровительно - развивающего воздействия на организм ребенка. Дальнейшее развитие общей выносливости, мышечной силы, гибкости позвоночника, эластичности связок. Формирование образно-эмоционального восприятия, развитие воображения. Содействие раскрытию творческого потенциала ребенка, мотивация к нестандартным творческим решениям. Дальнейшее формирование навыка работы с разными предметами: захваты, перехваты, ловля, жонглиж.</p>
<p>6. Танцевальные этюды 2 часа</p>	<p>«Птичьи повадки» «Живая глина» «Сударушка»</p>	<p>Дальнейшее знакомство с формой «танцевальный этюд»: соединение отдельных движений в комбинации, перемещения, ракурсы, рисунки. Постепенный переход от примитивных форм к усложненным. Дальнейшее формирование основ двигательной памяти. Дальнейшее знакомство с законами сценического пространства.</p>
<p>7. Постановочная работа 4 часа</p>	<p>«Сладкая сказка», «Где живут Пингвины?»</p>	<p>Перенос наработанных танцевально-образных блоков, перестроений и рисунков в законченную форму сценической хореографической постановки. Отработка качества и эмоциональности исполнения.</p>
<p>8. Открытые уроки 2 часа</p>	<p>Декабрь (1-е полугодие) Май (2-е полугодие)</p>	<p>Демонстрация полученных знаний, сформированных умений и навыков себе, педагогам и родителям. Закрепление навыка успешных публичных выступлений.</p>

*Подробное описание упражнений см. в Приложениях № 1-5

Основные требования к знаниям и умениям воспитанников 5 — 6 лет:

Дети должны ЗНАТЬ:

- простые правила поведения в общественных местах и на танцевальном занятии,
- термины: далеко - близко, высоко-низко, вперед – назад, внутрь - наружу; характер музыки: веселая - грустная, тихая - громкая, отрывистая – плавная и т.д.;
- темп музыки и движения (быстро, медленно и т.д.)
- понятия: музыкальная фраза, начало и окончание музыкальной фразы, сильная доля,
- понятия «расстояние в два локтя», «друг за другом», «плечо к плечу»;
- наизусть простые короткие стихотворно-ритмические основы для исполнения движений;
- понятия «Дистанция», «Шахматный порядок»;
- элементарные правила исполнения основных движений.

Дети должны УМЕТЬ:

- сосредотачивать внимание на объектах и предметах, в предлагаемых условиях;
- выполнять основные движения: шаг, мелкий бег, простые упражнения разминки, партерной гимнастики, запоминать небольшие двигательные комбинации,
- слушать и слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения и настроением,
- начинать и заканчивать движение вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- выполнять простые подражательные движения за педагогом, а так же исполнять простые танцевальные движения, частично опираясь на показ педагога-хореографа;
- слушать пожелания педагога, исправлять (по возможности ошибки) ошибки в исполнении;
- иметь навыки самообслуживания в пределах танцевального класса: приносить и пользоваться мелким реквизитом (погремушками, мягкими игрушками, деревянными палочками).

Содержание программы: 2-й год обучения, 6 — 7 лет

№	Название раздела	Содержание программы	Задачи по разделам программы
1.	<p>Вводное занятие для детей и родителей</p> <p>1 час</p>	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство с детьми, вновь пришедшими в коллектив; - «Путешествие Незайки» в места и страны: «Хореография», «Зал, где танцуют», «Истоки»; - знакомство с правилами и режимом работы (расписанием); - знакомство с дисциплинарными требованиями: правила и нормы поведения в хореографическом классе и за его пределами, внешний вид, требованиями к форме для занятий для группы 3-го года обучения, инструктаж по технике безопасности. 	<p>Предоставить полную информацию родителям о правилах, требованиях, режиме, планах УВД* особенностях работы Студии в ЦРТДиЮ.</p> <p>Познакомить с историей коллектива и персоналиями вновь поступивших детей.</p> <p>Оказание помощи в благополучной социализации новичков.</p> <p>Создание благоприятной психологической основы во взаимоотношениях «ребенок-ребенок», «педагог-ребенок», «педагог-родитель», «родитель-ребенок».</p>
2.	<p>Игровая ритмика</p> <p>6 часов</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Понятия «<i>такт</i>», «<i>затакт</i>», «<i>музыкальное предожжение</i>», «<i>музыкальный размер</i>» через яркие доходчивые образы; - музыкально-пространственные перестроения (колонна, шеренга, хаос, внутренний и внешний круг, по диагонали, шахматный порядок и т.д.); - продолжение освоения музыкальных размеров: 2/4, 4/4, 3/4 через громкий счет, ритмические хлопки, шаги, счет про себя; - музыкально-танцевальные игры для закрепления понятий. 	<p><i>*УВД – учебно-воспитательная деятельность</i></p> <p>Дальнейшее развитие способности слышать и слушать музыку, воспринимать ее настроение характер, темп, ритм.</p> <p>Закрепление навыка уверенно, точно соотносить свои движения с музыкальным сопровождением.</p> <p>Дальнейшее развитие и закрепление устойчивого навыка музыкально-слухового восприятия, чувства ритма.</p>

3.	Азбука танца	Закрепить наработанный понятийный аппарат хореографических терминов, проучить новую терминологию.
14 часов	<p>Основные понятия: этикет маленького танцора, поклон-приветствие*. 3-я раскладка; постановка корпуса, основные положения рук (на талии: кисть расправлена, кисть – в «кулачках» - упр-е «Калинка»* Приложение №1; упр-е «Ароматная роза», alonge-учебная форма, позиции ног – VI, I-я свободная, II-я свободная, III-я;</p> <p>Освоение пространственных положений</p> <ul style="list-style-type: none"> - работа с пространственной ориентацией: понятия «ракурс», «в разных ракурсах»; элементарные рисунки, простые перестроения из одного рисунка в другой; - игры-ориентировки: «Одуванчик», «Маляры», «Стихи про позиции: 1-я, 2-я, 3-я»; - скорость в пространстве - игры «Пешеходы. Автомобили. Самолеты», «Макро-микро»; <p>Элементарные виды шагов и бега:</p> <ul style="list-style-type: none"> - марш-комплекс, включающий все виды шагов; - по диагонали: мелкий бег по VI позиции (руки-на юбочке, на поясе; бег с отбросом голени назад (руки на поясе); бег с выбросом ног вперед «Футболисты» (руки-на юбочке); сочетание по схеме 4*4; подскоки (руки свободные, на поясе), галоп (руки – на поясе), <p>Комбинирование шагов и прыжков: марш-комплекс, положенный ритмически на стихи-речевки. «В зал зашел», «Мы шагаем», «Станем выше-выше всех», «Дождик, кап-кап», «Шел по лесу старичок», «Выше ножки поднимай», «Ходит цапля по болоту», «Уши длинный у зайки», « Вот шагает великан», «Пятачок у поросенка»;</p> <p>Разминка на середине зала:</p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнения для разогрева мышц: шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника, проработка плечевого пояса и лучезапястных суставов, мышц и суставов ног. 	<p>Диагностика и дальнейшая настройка психомоторных способностей детей. Дальнейшее развитие осознанности мышечного чувства. Дальнейшее развитие необходимых двигательных навыков. Закрепление правильной, красивой осанки. При необходимости коррекция физиологических особенностей опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Воспитание силы воли, трудолюбия, упорства, дисциплины. Дальнейшее развитие двигательной координации и памяти, от простых к усложненным формам.</p> <p>Формирование эстетического вкуса на приемлемых для данного возраста образах и понятиях.</p> <p>Знакомство с балетным станком и азбукой классического танца через игру и понятийные образы.</p>

	<p>-упражнения для развития прыжка: <i>plie-releve</i> по VI позиции, малые и средние прыжки по VI позиции с остановкой и подряд: разножка, с поджатыми, с поворотом по точкам;</p> <p><i>Упражнения для развития координации:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - общая координация: упр-я на правую и левую половины тела; - согласованные движения рук и ног в положениях: стоя, с пружиной в коленях, маршируя на месте, на прыжках: «Я-ребенок, как картинка», «Шляпа. Погоны. Поясок»; <i>Азбука классического танца у балетного станка:</i> - знакомство с балетным станком, упр. «Капризная палочка» (постановка тела у палки, положение кистей на палке); - постановка корпуса у балетного станка по VI-й, I-й свободной позиции; - упр-е для правильной постановки стоп на полу: «Волшебные стельки»; - классические позиции рук через понятные образы: «Воздушный шар», «Зефирный мешочек», «Обнять большой глобус», «Гюльпан»; - подготовка в <i>depli-plie</i> и <i>releve</i> через понятные образы: «Лифт», «Росток», «Кнопка enter»; - подготовка к растяжке по низкой палке: «Пытка партизана». 	
<p>4. Пальчиковая гимнастика 23 часа</p>	<p><i>Упражнения на развитие мелкой моторики:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - самомассаж кистей рук: растирания подушечек пальцев в направлении к ладони одной руки, похлопывания, захваты: «Пунктиры», «Согреем ладошки», «Ищет кот клубок», «Каток», «Пила», «Утюжок», «Буравчик», «Краб», «Спираль»; - речь и моторика: «Рассказывая, показываем»: упражнения-истории для пальчиков: «Кенгуру-Зайчик», «Скрестно-врозь», «Пианино», «Отгалкиваем 	<p>Закрепление навыка подражания движениям рук взрослого.</p> <p>Оказание тонизирующего действия на ЦНС, улучшение функций рецепторов.</p> <p>Отладить уверенные движения кистей и пальцев рук в простых и более сложных сочетаниях.</p>

5.	Игровая партерная гимнастика 18 часов	тучки», «Клад», «Бабушкины очки». упр-я для развития голеностопа. «Флекс-пуанте» по VI и по I позициям в положении сидя и лежа, круговые движения стопами «внутри-наружу», «Флекс-деми/флекс-пуанте», «Горочка с demi-plie», закаты с колен, лежа на животе; работа стоп через основные положения: p/пальцы, 1-я, pointe en dehoг, пуанте по VI на подъемах упр-я для укрепления мышц спины: из положения сидя - «Грустно-Весело», «Уголок», «Акробаты цирка» из положения лежа, «Коробочка» руками за щиколотки, «Каучук» с перегибом назад, «Змея и бревно», упр-я для развития общей гибкости, подвижности суставов, пластичности: «Жадный падишах», «Бдетмышь на самосвале», «Жесткая петелька», «Вылез кот из под кровати», «Лягушачий балет», «Цирк», «Акробаты», «Черепашка», «Сидело 2 медведя», «Мостики», подготовка к исполнению шпагатов, упр-я для развития пресса: «Ножницы», «Крути педали», «Детективная история», основы акробатики: «горочка – разножка» на полу и с отрывом ног от пола, боковой кувырок «1-2-3-4 R-N-R», жонглирование тапками, полу-стойки на голове.	Обеспечение планомерного оздоровительно - развивающего воздействия на организм ребенка. Дальнейшее развитие общей выносливости, мышечной силы, гибкости позвоночника, эластичности связок. Формирование образно-эмоционального восприятия, развитие воображения. Содействие раскрытию творческого потенциала ребенка, мотивация к нестандартным творческим решениям. Дальнейшее формирование навыка работы с разными предметами: захваты, перехваты, ловля, жонглиж. Подготовка к основам акробатики.
6.	Танцевальные этюды 4 часа	«Кот - из дома, мыши – в пляс» «Аспирин» «В магазине»	Дальнейшее знакомство с формой «танцевальный этюд»: соединение отдельных движений в комбинации, перемещения, ракурсы, рисунки. Постепенный переход от примитивных форм к усложненным. Дальнейшее формирование основ двигательной памяти. Дальнейшее знакомство с законами сценического пространства.
7.	Постановочная работа 4 часа	«Соломенная потешка» - партия мышей, «Галантный вальс» - немецкий танец	Перенос наработанных танцевально-образных блоков, перестроенной и рисунков в законченную форму сценической хореографической постановки. Отработка качества и эмоциональности исполнения.

8.	Открытые уроки 2 часа	Декабрь (1-е полугодие) Май (2-е полугодие)	Демонстрация полученных знаний, сформированных умений и навыков себе, педагогам и родителям. Закрепление навыков успешных публичных выступлений.
----	--------------------------	--	--

**Подробное описание методики исполнения упражнений и авторских разработок в Приложениях № 1-5.*

Основные требования к знаниям и умениям воспитанников 6 — 7 лет:

Дети должны ЗНАТЬ:

- правила поведения в общественных местах и на танцевальном занятии;
- терминологию и правила исполнения основных движений;
- наизусть комплекс стихотворно-ритмических основ для исполнения танцевальных движений;
- понятия: музыкальное предложение, начало и окончание музыкальной фразы, сильная-слабая доля,
- понятия «Дистанция», «Шахматный порядок»;
- названия упражнений, их перевод, назначение, техника безопасного исполнения.

Дети должны УМЕТЬ:

- выполнять основные движения по программе этого года обучения;
- запоминать простые двигательные комбинации;
- выполнять основные движения: шаги на полупальцах, на пятках, приставной шаг, подскоки, галоп, мелкий бег, упражнения разминки и партерной гимнастики, запоминать простые двигательные комбинации,
- различать музыкальные размеры;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения и настроением;
- уверенно начинать и заканчивать движение вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- исполнять простые танцевальные движения, не опираясь на показ педагога-хореографа, не «подглядывая» за сверстниками;

- слушать замечания и пожелания педагога, исправлять ошибки исполнения, видеть ошибки других учеников;
- иметь навыки самообслуживания в пределах и за пределами танцевального класса: в темпе раскладывать и собирать коврик для занятий в партере, снимать и надевать балетную обувь, пользоваться мелким реквизитом: игрушками, палочками для коррекции осанки, другими предметами.

4. Методическое обеспечение программы

Ведущие педагогические идеи, ценности, принципы обучения и воспитания, методы и формы работы, организации учебно-познавательного процесса, следование которым обеспечивает реализацию целевого назначения программы.

Ведущие идеи:

- идея учения без принуждения, основанная на подлинном интересе;
- идея сотрудничества и сотворчества;
- идея мотивации на успех;
- идея индивидуального подхода;
- идея воспитания личности в коллективе;
- идея гуманизации образовательного процесса.

Принципы педагогической деятельности:

- принцип активности в обучении;
- принцип доступности в обучении;
- принцип систематичности, преемственности и последовательности;
- принцип прочности результатов обучения;

- учет психологических факторов;
- воспитание на лучших образцах культуры;
- творчество, не только итог, но и своеобразный метод обучения.

Методы и формы работы:

- игровой;
- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения;
- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный;
- практический;
- интеграции;

Формы организации учебно-познавательного процесса:

- занятие – введение в тему;
- занятие – объяснение, беседа;
- занятие – путешествие;
- занятие – игра;
- занятие – сказка;
- занятие – проверка теоретических знаний, наработанных умений, устойчивых навыков;
- занятие – репетиция;
- занятие – концерт;
- занятие – «Пазлы» (комбинированное занятие)
- занятие – «Добро пожаловать!» (открытое занятие).

Особенностью организации образовательного процесса является применение различных форм организации деятельности:

- фронтальная;
- групповая;
- парная;
- индивидуальная

Типы занятий, используемые при обучении:

На первом уровне используется:

- *образовательное занятие* – направлено на приобретение и совершенствование танцевальных умений и навыков, получение знаний для методически грамотного и эстетического исполнения танцевальных движений;
- *контрольное занятие* – направлено на отслеживание результативности образовательного процесса.

На втором, третьем уровне используется:

- *образовательное занятие*;
- *репетиционное занятие* – направлено на закрепление и обработку танца, слаженности и эмоциональности исполнения;
- *постановочное занятие* – направлено на разучивание детьми танцевальных этюдов, новых танцев;
- *итоговый концерт* дает возможность детям творчески применить полученные знания и умения в новой нестандартной ситуации на сцене.

Формы проверки и оценки ЗУН

- постановка вопросов, опрос, беседа,
- совместный анализ исполнения, взаимонализ, анализ образца,
- анализ ошибок,
- танцевальная тест-игра.

Формы контроля результативности

- контрольное занятие;
- открытое занятие: каждое полугодие (все года обучения);
- концертные выступления (1-2 раза в год, в зависимости от возраста);
- конкурс, фестиваль (только с 3-й года обучения);
- видеосъемка (1-2 раза в квартал); осуществляется видеосъемка не только открытых занятий и концертных выступлений с участием детей. Видеозапись – это возможность посмотреть на процесс и результат со стороны.

Внимательный просмотр занятия, позволяет анализировать:

- 1) как подготовлены дети, как справляются с методикой;
- 2) ошибки – методические, музыкальные, педагогические, речевые, этические, эстетические, поведенческие;
- 3) что? (или кто?) выпадает из поля внимания педагога.

Литература

Учебно-методический комплекс

Литература, используемая педагогом

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. М.: 1964 г.
2. Бахто С. Ритмика и танец. Программа для отделения общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусства. М.: 1980 г.
3. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. Ярославль: Академия холдинг, 2004 г.
4. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – К: Музычна Украина, 1985 г.
5. Горшкова Е. О музыкальном творчестве в танце. Дошкольное воспитание, 1991 г. – №12.
6. Баренбойм Л. Путь к музицированию. . М.: 1973 г.
7. Васильева Т.К. Секрет танца. Санкт-Петербург: Диамант, 1997 г.
8. Горшкова Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. – М.: Издательство «Гном и Д», 2002 г.
9. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. Екатеринбург, 1999 г.
10. Брайловская Л.В. Самоучитель по танцам. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003 г.
11. Боголюбовская М. Учебно-воспитательная работа в детских самостоятельных хореографических коллективах: Учебно-методическое пособие – М., 1982 г.

12. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Просвещение, 1993 г.
13. Ваганова А.. Основы классического танца. М.: 1963 г.
14. Шишкина В.А. Движение + движение. – М.: Просвещение, 1992 г.
15. Сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением». – Научный руководитель Н.М. Лаврухина. Под ред. О.А. Петрашевича. – Мн. – Национальный институт образования. – 2005 г.
16. Минский Е.М. От игр к занятиям. – М., 1982 г.
17. Череховская Р. Танцевать могут все. – Мн., 1973 г.
18. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972 г.
19. Игры в школе. М.: АСТ, 2000 г.
20. Иова Е.П., Иоффе А. Я., Головчинер О. Д. Утренняя гимнастика под музыку. – Москва: Просвещение, 1984 г.
21. Хухлаева Р.А. Методика физического воспитания. – М., 2000 г.
22. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. М.: Музыка, 1988 г.
23. Никитин Б. Развивающие игры. М., 1985 г.
24. Смирнова М.В. Классический танец. Выпуск 3. М., 1988 г.
25. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. М.: Музыка, 1990 г.
26. Пасюгинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985 г.
27. Сургаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. Санкт-Петербург, 2003 г.
28. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмическое движение. – М., 1972 г.

29. Шушкина З. Ритмика. – М, 1976 г.
30. Яновская В. Ритмика. – М, 1979 г.
31. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать: учебное пособие. М.: Владос. 2003 г.
32. Пуртова Т.В. Танец на любительской сцене, Москва, ГРДНТ, 2006 г.
33. Громов Ю. И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов-хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. СПб.: СПбГУП, 2006 г.
34. А.С. Каргин. «Воспитательная работа в самодеятельном коллективе». Москва, «Просвещение», 1984 г.
35. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом. – Челябинск, 2004 г.
36. Тарасов Н.И. Классический танец. 3-е изд. – СПб.: Издательство «Лань», 2005 г.
37. Лутошкин А.Н. Как вести за собой. М.: 1986 г.
38. Методические рекомендации по организации учебно-творческого процесса в коллективах самодеятельного народного творчества, ДГЦ НТ, Ростов-на-Дону, 1997 г.
39. И.Хейзинг, Ното Ludens («Человек Играющий»), стр.186, 1992 г.
40. Зенина Н.Н. Методика работы с детьми дошкольного возраста. Авторский подход. Киров.: «Сатурн», 2010 г.
41. Л.Петрановская. Тайная опора. Москва, 2015
42. Л.Петрановская. Лекция про возрастные кризисы у детей. Москва, 2018
43. Л.Петрановская. Все-все-все о воспитании детей. Москва, 2020

1. www.detmir.ru
2. <http://ds76.home.nov.ru/>
3. <http://www.kindereducation.com/>
4. <http://www.dovosp.ru/>
5. <http://children.diwo.net/>

Литература для родителей

1. Баркан А.И. Его величество ребенок. – М.: Столетие, 1996 г.
2. Граббед Р. Игры для малышей от года до шести. – М.: Росман, 1999 г.
3. Галигузова Л. Застенчивый ребенок//Дошкольное воспитание. – 2000 г., № 4.
4. Карабанова В. Игра в коррекции психологического развития ребенка. – М., 1997 г.
5. Лукан С. Поверь в свое дитя. – М.: Эллис Лак, 1993 г.
6. Цуконфт-Хубер Б. Гимнастика для малышей.- М.: АСТ, 2006.7.Эйнон Д. Творческая игра от рождения до 10 лет. – М.: Педагогика-пресс, 1995 г.
7. Л.Петрановская. Большая книга про Вас и Вашего ребенка. Москва, 2017
8. Л.Петрановская. С ребенком дома. Помощь родителям. Москва, 2020

Методика исполнения упражнений

1. «Путешествие Незнайки» в места и страны:

- «Хореография»: педагог в понятной детям форме рассказывает, что есть страна, где они будут изучать движения, учиться их делать, «говорить» с помощью движений, а не слов;
- «Зал, где танцуют»: дети на Веселом паровозе отправляются в путешествие по хореографическому классу, узнают, где и что находится, как называется;
- «Истоки»: в этом блоке рассказывается об истории создания коллектива;

2. Игра «Дождик»

Формируется понимание того, что такое быстрый и медленный темпы:

- в положении стоя:
 - 1) хлопаем медленно в ладоши – образ начинающегося дождя;
 - 2) хлопаем быстро – изображаем ливень
- в положении сидя, ноги согнуты в коленях, с упором на пятки (аналогично).

Вариант №2: «Дождик»

Развивает чувство ритма. Дети сидят на полу, медленно начиная стучать кулачками и (или) пяточками об пол, постепенно увеличивая темп, имитируя нарастающий шум дождя.

3. «В поисках 8-й точки»

Формируется понятие того, где находится 8 точек хореографического класса:

Дети встают лицом в точку 1, складывают натянутые руки вместе, изображая стрелку часов, проговаривают речёвку, поворачиваясь в соответствующую точку.

*Речёвка: первая точка, второй уголок,
третья точка, четвертый угол,
пятая точка, шестой уголок,
седьмая точка, восьмой угол.*

После исполнения по часовой стрелке, все повторяется – против часовой стрелки: «Первая точка, восьмой уголок» и т.д.

4. Согласованные движения рук и ног в положениях: стоя, маршируя на месте
Обязательный блок урока, развивающий общую координацию. В положении «стоя на месте», в VI позиции исполняются простые движения одной рукой, двумя руками одновременно, двумя руками по очереди (вдоль тела, на талию, на плечи, на голову, над головой). Маршируя на месте, используются эти же схемы, начиная с самых простых, смены положений рук могут происходить через 16 (-8) счетов.

7. Игра «Это – правая нога»

Музыкальный размер 4/4.

Упражнение формирует пространственную ориентацию, помогает разобратся «в руках и ногах».

Проговариваем и показываем названную часть тела.

Это – правое плечо (*положить кисть правой руки на правое плечо, локоть в сторону*)

Это – правая рука (*разогнуть правую руку в правую сторону, взгляд – вправо*)

Это – правое колено (*пр.р. опереться на пр. колено*)

Это – правая нога (*выставить вперед, на пятку пр.ногу*)

Повторить песенку в левую сторону. Для формирования концентрации внимания и общего веселья после усвоения можно убыстрять темп выполнения упр.

8. Игра «Мы сейчас идем вперед»

Музыкальный размер 4/4.

Упражнение формирует пространственную ориентацию, помогает разобратся в понятиях «вперед», «назад», «вправо», «влево».

Проговаривая, идем в соответствующем направлении.

Мы сейчас идем вперед (идем 4 шага вперед),

Раз-два-три, раз-два-три (хлопаем этот ритм в ладоши),

Мы сейчас идем назад (аналогично), раз-два-три, раз-два-три (хлопаем ритм),

Вправо мы сейчас идем (показываем правой рукой вправо, делаем 2 приставных шага), раз-два-три, раз-два-три,

Влево мы сейчас идем (2 приставных шага влево), раз-два-три, раз-два-три

9. Игра-танец «Хома-хома-хомячок»

Поем песенку, музыкально изображая все действия хомячка:

Хома-хома-хомячок, полосатенький бочок,

Хома раненько встает, Хома песенку поет.

Моет ушки, носик трет,

Подметает Хома хапку и выходит на зарядку!

8. Речь и моторика: «Рассказывая, показываем»

упражнения-истории для пальчиков:

- «Бабушкины очки»: и.п. – VI-я позиция, большой палец правой кисти по очереди соединяем с другими, начиная с мизинца, дойдя до «сцепки» указательного и большого получаем одно «Очко», так же – левой рукой: соединяем 2 очка, «надеваем», как «Бабушкины очки»;

- «Кенгуру-Зайчик»: складываем пальцы рук так, чтобы получились «мордочки» животных:
средний+безымянный+большой=кенгуру, указательный+большой=зайчик; используем ритмические схемы: 4
Зайца-4 Кенгуру, 2 Зайца-2 Кенгуру;

- «Скрестно-врозь»: положения рук на талии, плечах и ушках, т.е. правая рука – на правом боку (плече, ухе), а левая соответственно – на левом: ВРОЗЬ; наоборот – СКРЕСТНО;

- «Пианино»: проговаривая текст, имитируем, как сидим за пианино, играем пальчиками: *«Ножки вместе, ровно спину, мы сидим за пианино. Мы разучиваем гаммы, ножки вместе, стинку прямо»;*

- «Отталкиваем тучки»: проговаривая текст, показываем все движения: *«Мы наши пальчики сплели (сплетаем перед грудной клеткой) и вытянули ручки (вытягиваем в локтях, вперед перед собой) ну, а теперь мы от земли (сели на корточки) отталкиваем тучки (вытягиваем в локтях, вверх над головой, встаем, вытягивая колени, поднимаемся на п/п).*

9. Стихи-памятки для изучения позиций ног (1,2,3)

Это – 1-я позиция, ножки по линейке.
Мы не падаем. Стоим, будто не скамеечке.

2-я позиция – очень просто:
Ножки ставь шире, расстоянье – стопа.
Пусть наша группа малого роста,
Мы скоро исполним любые Гран-па!

3-я позиция похожа на бантик,
Ноги меняем, когда захотим.
3-я позиция похожа на фантик;
За правильной формой мы строго следим!

10. Упражнение для постановки рук на поясе: с расправленной кистью, в «кулачках»
Музыкальное сопровождение: «Калинка»:

«и1» - руки выставить вперед, локти нагнуты, кисти в форме «варежки» - 4 пальца вместе, большой палец отведен в сторону;

«и2» - кисть – в «кулачок»;

«и3» - руки на пояс в этом положении;

«и4» - опустить руки по швам.

Повторить 2 раза.

Повторить наборот:

«и1» - руки выставить вперед, локти натянуты, кисти кисть – в «кулачок»;

«и2» - кисть в форме «варежки» - 4 пальца вместе, большой палец отведен в сторону;

«и3» - руки на пояс в этом положении;

«и4» - опустить руки по швам.

Самомассаж

Самомассаж начинается с растирания подушечек пальцев в направлении к ладони одной руки, затем другой.

Далее проводится растирание ладони одной руки от середины к краям большим пальцем другой руки.

После чего проводится комплекс упражнений:

10. «ПУНКТИРЫ!». Подушечки четырёх пальцев правой руки установлены у оснований пальцев левой руки с тыльной стороны ладоней. Движениями назад – вперёд пунктирами смещаем кожу, постепенно продвигаясь к лучезапястному суставу.

2. «ПИЛА». Левая рука (кисть и предплечье) повернута ладонью вверх. Ребром правой ладони имитируем движение пилы по всей поверхности левой ладони в направлении вверх-вниз. То же для другой руки.

3. «УТЮЖОК». Исходное положение то же. Правой рукой поглаживаем, растираем, разминаем левую. То же для другой руки.

4. «КАТОК». И.п. то же: костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигаем вверх-вниз по левой ладони, разминая её. То же для другой руки.

11. «БУРАВЧИК». И.п. то же. Фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки производим движения по типу буравчика на левой ладони. То же для другой руки.
 12. «КРАБ». И.п. то же. Пальцы расставлены. Сгибаем указательный и средний пальцы правой руки и фалангами пощипываем пальцы левой. То же для другой руки.
 13. «СОГРЕЕМ ЛАДОШКИ». Сильно потираем руки.
8. «СПИРАЛЬКИ». Каждый палец левой руки поочерёдно, начиная с мизинца, кладётся на четыре пальца правой руки. Большим пальцем правой руки делаем спиралевидные движения по пальцу левой снизу вверх от основания к подушечке. То же для другой руки.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 3

<p align="center">Пример методического блока (части урока) игровой партерной гимнастики (каждое упражнение повторяем 2-4 раза)</p> <p align="center">ПРИЛОЖЕНИЕ № 3</p>	
<p>7. «Любитель-рыболов»</p> <p align="center">+«Муравей»</p>	<p>Музыкальный размер 4/4.</p> <p>И.п.: сидя, ноги вытянуты вперед, спина прямая; качаем головой на каждую четверть такта.</p> <p>«С утра сидит на озере любитель-рыболов,</p> <p>Сидит, мурлычет песенку, а песенка без слов»</p> <p><i>(сильно прижимаем подколенную мышцу к полу, чтобы не было просвета)</i></p> <p>Тра-ля-ля-ля....поем на мотив <i>(проверяем качество исполнения упр. через образ: муравей с права не смог пролезть, и слева не смог.)</i></p>
<p>2. «Флекс – Пуанте»</p>	<p>Музыкальный размер 4/4.</p> <p>И.п.: сидя, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стопы вытянуты.</p> <p>Сокращаем (флекс) и вытягиваем (пуанте)</p> <p>стопы, проговаривая названия элемента. Используем разные варианты этого движения. 42</p>
<p>3. «Гвоздик – петелька»</p>	<p>Музыкальный размер 4/4.</p>

Примечание: можно найти стихи и песни, подходящие под задачи того или иного упражнения, наложить на них музыку и движения. Этот партер вы можете расширить, опираясь на свой опыт и поставленные цели.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 4

План занятия с группой 5-6 лет

1-е полугодие

ПОКЛОН: 1и2 – руки – на пояс, 3и4 – опустить подбородок вниз, 5и6 – поднять подбородок, 7и8 – опустить руки по швам (2 раза).

1. Упражнение «С цветочка на цветочек»:

Волшебной палочкой превращаем детей в бабочек. Бабочки летают по залу 4 такта 4/4, собираются на последний такт (по хлопку преподавателя) по 2 (3, 4) бабочки на цветок (в кружочек), последний раз – прилетают ВСЕ на один цветок (в общий круг).

2. Упражнение для формирования круга «Воздушный шарик»

Маленькие дети не всегда способны встать в идеальный круг. Необходимо дать упражнение «Надуваем быстро шарик» на закрепление подобного элементарного навыка. Музыкальный размер: 4/4. Слова «накладываем» на музыку, каждая строчка соответствует музыкальной фразе. Можно повторить 2-4 раза, в разных вариантах.

Надуваем быстро шарик, он становится большой!

Растягиваем круг от центра до идеального, взявшись за руки

Вдруг шар лопнул, воздух вышел, стал он тонкий и худой.

Сбегаем в центр круга, садимся на корточки, имитируя сдувшийся шарик

Речь и моторика.

Музыкальный размер 4/4. Слова «накладываем» на музыку, каждая строчка соответствует музыкальной фразе.

Повторить каждое упражнение по 2 раза.

Разные виды элементарных шагов по кругу

№1. Шаги с носка, руки на поясе: В зал зашел, не хмурь лица,

Будь веселым до конца.

Ты – не зритель, и не гость!

Ты – программы нашей гвоздь!

(далее – с хлопком на 1-й счет такта)

Не стесняйся, не ломайся. Громко хлопай, улыбайся!

Не стесняйся, не ломайся. Громко хлопай, улыбайся!

№2. Марш. Шаги с высоко поднятыми коленями. Руками размахиваем свободно:

Мы шагаем целый день! Целый день шагать не лень!

Ничего не забывай! Все за нами повторяй!

№3. На полупальцах, руки вверх – параллельно, пальцы «растопырены»:

Мы поднимем руки вверх. Станем выше-выше всех,

Пощекочем Солнцу брЮшко. Загорит и Нос и Ушки!

№4. На пяточках, руки сзади в «замок»:

Дождик, дождик! Кап, кап, кап. Мокрые дорожки.

Все равно пойдем гулять. Надевай сапожки!

№5. Идем «в наклонку», кисти рук сцеплены в «замок», имитируют мешок за спиной:

Шел по лесу добрый Гном, С разноцветным колпаком,

Громко песню напевал, И вразвалочку шагал.

№6. Высоко поднимаем колени, руки – «за вожжи»

Выше ножки поднимай, подбородок задевай,

Так шагает жеребенок, Мамы-лошади ребенок.

№7. Шаги по 2-й параллельной позиции в плие, руки – на коленях:

На колени руки сложим, на кого же мы похожи?

Это – старый старичок, он согнулся как крючок.

№8. Имитируем ходьбу «на лыжах с палками в руках»:

Вот шагает Великан, как большой подъемный кран.

Рожи, поле и луга он прошел за 2 шага!

Упражнения на середине класса

Круговые этюды:

1. «Жили у бабуси два веселых гуся». На мотив всем известной песенки придумайте элементарные движения-жесты, обыгрывающие сюжет. Все движения должны исполняться лицом в круг. Пропойте и протанцуйте этюд вместе с детьми. Когда дети запомнят, попросите станцевать этюд без вашей подсказки.

2. «Ищет-ищет кот-коток». Музыкальный размер 4/4.

Это упражнения построено на основе пальчиковой гимнастики. Дети стоят лицом в круг. Руки сцеплены вперед в «замок», ладонями вниз.

Ищет-ищет кот-коток, ищет бабушкин клубок.

(делаем «волну» руками перед грудью, не расцепляя «замок»)

Только нет нигде клубка – шерстяного колобка.

(показываем друг другу пустые ладошки, руки в локтях вытянуты)

А у Кати новые варежки лиловые (повторить фразу 2 раза)

(хвастаемся друг перед другом варежками, то тыльной, то лицевой стороной)

3. «Сапоги и лужи». Музыкальный размер 4/4. Лицом в круг, 1-я свободная позиция, руки – на поясе, кисть – «в кулачке».

Даем образ движения: «Проверяем, какая вода в луже» - по 3 раза (1и2и3) с правой ноги и натянутым носком по луже (движения похоже на пике вперед), на 4 счет – приставить в 1-ю свободную позицию, повторить с левой ноги.

«Хвастаемся, какие мама купила резиновые сапоги» - аналогичное движение – пике пяткой. 1и2 – топаям по луже (в центр круга) правой ногой, 4и3 – приставляем ногу; повторить с левой ноги.

«Прыгаем в лужу» - 1-2 счет, «Топаям по луже» - 3-4 счет, «Выходим из лужи, отряхиваем одежду» - 5-8

В линиях: выход из 1-й в 3 линии (от центрального станка).

Рассчитываем детей на «Зайчиков, Кенгуру, Мышек»:

1-е номера – «Зайчики», кисти рук как «ушки на макушке»,

2-е номера – «Кенгуру», руки как передние лапки у кенгуру,

3-е номера – «Мышки», руки сложить сзади как хвостик.

Зайцы – 1-я линия, Кенгуру – 2-я, Мышки – 3-я (или наоборот)

Разминка «Зеркало»

Этот раздел занятия называется так, потому что педагог стоит лицом к детям, и дети «зеркалят» его движения. Педагог начинает делать все движения «влево»,

«с левой», чтобы дети делали «вправо», «с правой». Разминку лучше делать «сверху-вниз», т.е. начиная с мышц шеи (элементарные повороты, наклоны и пр.) далее – плечевой пояс, торс, подколенная и т.д. Каждое упражнение должно носить образное название. Например:

- «Тик-так, тик-так, все часы идут вот так» - наклоны и повороты головы на каждое слово считалки,

- «Стол» - наклоны вперед с прямой спиной, руки – в сторону,

- «Точилка и карандаш» - повороты вправо, влево и т.д.

Здесь сам педагог, в зависимости от задач занятия придумывает простые упражнения, выставляет их в логической последовательности, и дает им интересные названия.

Музыкальное сопровождение подбирается совместно с концертмейстером.

2. «Это – правая рука...».

Музыкальный размер 4/4.

Упражнение формирует пространственную ориентацию, помогает разобраться «в руках и ногах».

Проговариваем и показываем названную часть тела.

Это – правое плечо (*положить кисть пр. руки на правое плечо, локоть в сторону*)

Это – правая рука (*разогнуть пр.р. в правую сторону, взгляд – вправо*)

Это – правое колено (*пр.рукой опереться на пр. колено*)

Это – правая нога (*выставить вперед на пятку пр.н.*)

Повторить песенку в левую сторону. Для формирования концентрации внимания и общего веселья после усвоения можно убыстрять темп выполнения упр.

После партера

1. Танцевальные этюды каждый педагог может составить самостоятельно, опираясь на базис прочученных элементов, возможностей учеников или задач репертуарного плана. Главное, чтобы эти этюды были по силам детям данной группы, имели яркий образ и небольшую сюжетную линию. Например: «Стирка или мамины помощники», «Как пекли мы каравай», «Лошадки в цирке» и т.д.

2. «Иголочка и ниточка» - ниточка из детей за педагогом-иглолочкой «петляя», семянят по своим местам в 1 линию (к центральному балетному станку).

Больше «петляйте» – это очень нравится детям!

3. Поклон (см. начало занятия, РАСКЛАДКА № 2)

4. На «Паровозе» (руки на плечах предыдущего) уезжаем домой.

Раскладки поклонов

Для детей 5-6 лет, 1-я раскладка:

И.п.: 6 позиция, руки вдоль тела;

- 1-4: скользим внутренним ребром ладони «по швам» к талии, подбородок чуть приподнимается;
- 5-8: приседаем, чуть наклонив подбородок (проверка: между подбородком и линией ключиц – кулачок);
- 1-4: вырастаем, подбородок приподнят;
- 5-8: скользим ребром ладоней «по швам» вниз.

Для детей 5-6 лет, 2-я раскладка:

И.п.: 1-я свободная позиция, руки вдоль тела, кисть в положении «большой палец держит колечко на средней фаланге среднего пальца».

Девочки.

- 1-4: руки приподнимаются до положения «на юбке»;
- 5-8: приседаем, чуть наклонив подбородок (проверка: между подбородком и линией ключиц – кулачок);
- 1-4: вырастаем, подбородок приподнят;
- 5-8: медленно опускаем руки в И.п.

Мальчики.

- 1-4: закладываем предплечья «за спину» друг на друга, подбородок чуть приподнимается;
- 5-8: чуть наклоняем подбородок (проверка: между подбородком и линией ключиц – кулачок);
- 1-4: подбородок приподнимаем;
- 5-8: опускаем руки «по швам».

Для детей 6-7 лет, 3-я раскладка:

И.п.: 1-я свободная позиция, руки вдоль тела, кисть в положении «большой палец держит колечко на средней фаланге среднего пальца». На музыкальное вступление руки приоткрываются «на юбку» у девочек, закладываются за спину у мальчиков.

- 1-4: пр.н. выводится, не сгибая колена в сторону, на носок;

5-8: перенос веса тела на л.н.;

1-4: загибаем натянутую ногу в первую свободную позицию

5-6: приседаем, чуть наклонив подбородок (проверка: образ - «опустить одни ресницы») у девочек, чуть наклоняем подбородок (проверка: между подбородком и линией ключиц – кулачок) у мальчиков;

7-8: И.п.

ПРИЛОЖЕНИЕ №6

Цветодневник настроения.

С помощью цветописи (по Лутошкину А.Н.*) можно проследить динамику настроения детей от начала до конца занятия.

Описание хода эксперимента. На каждое занятие дети приносят 4 небольшие карточки разного цвета:

- желтая карточка - восторженно-радостное настроение
- красная - хорошее, светлое, приятное

- зеленая - спокойное, удовлетворительное
- черная - упадок, уныние, напряжение

После того, как детям объясняется смысл каждого цвета, им предлагается играть «в настроение» до и после занятия. В зависимости от своего настроения, ребенок делает выбор и поднимает карточку определенного цвета. Количественные данные заносятся в соответствующую таблицу.

В конце исследования данные обобщаются для расчета среднего показателя динамики настроения до и после занятия и выражены в процентном отношении. Для наглядности данные можно свести в сравнительную диаграмму настроения.

*Лутошкин А.Н. Как вести за собой. М.: 1986 г.