**ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ «АЗБУКА БАЛЕТА»**

**Приложение 1**

**Модуль «Танцуй и не болей» - I год обучения**

Ход урока:

-Начинается с поклона – приветствия.

-Перестроение в круг. По кругу отрабатываются основные двигательные навыки – ходьба, бег, прыжки.

-Четверостишья, которые сопровождают движения, развивают память и чувство ритма, например: «Мы поднимаем руки вверх,

Сразу станем выше всех».

(исполняется шаг на высоких полупальцах с вытянутыми вверх руками). Тренируется память, повышается интерес к выполняемому упражнению. Упражнения по кругу занимают 3-4 минуты.

Затем перестроение по трем линиям. Смена рисунка учит детей ориентироваться в зале. На середине они учатся чувствовать и двигать каждую часть своего тела отдельно от другой. Весь комплекс упражнений на середине занимает 5 минут.

Далее мы пересаживаемся на коврики. Почему «мы», потому что я вместе с детьми выполняю все упражнения. Во-первых, для наглядности, чтобы дети видели, как правильно выполнять то или иное упражнение, а во – вторых, для своего здоровья. Каждому упражнению я даю название, или придумываем вместе с детьми. Иногда я придумываю целый рассказ, включая в него названия упражнений. Это тоже одна из моих придумок. Детям интересно слушать и делать, а, иногда задавая им наводящие вопросы, дети сами включаются в процесс придумывания. Тем самым активизируется творческое мышление.

Комплекс упражнений на полу занимает примерно 12-15 минут.

Затем собираем коврики, строимся по линиям, переходим к прыжкам. Они выполняются под быструю, ритмичную музыку.

После того как дети взбодрились после прыжков, мы приступаем к разучиванию танцев. Движения и комбинации простые, запоминаются быстро. Детям нравится получать быстрый результат за короткий срок. Этот блок занимает примерно 10-12 минут.

В конце урока переходим к играм: «Сороконожка», «Зоопарк», «Клипы», «Я – артист». В процессе игры включается фантазия, они придумывают себе образ и воплощают его в движении. Во время игры у детей происходит выброс эмоций, раскрепощение. На игры отводится последние 5 минут урока.