

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида №103 г. Ангарска Иркутской области

Рекомендована
Педагогическим советом
МБДОУ №103
Протокол № 1
от « 30 » 08 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №103
О. Г. Филипповой
Приказ № 30
08 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ПО РИТМОПЛАСТИКЕ
«СОЛНЕЧНЫЕ ЛУЧИКИ»**

Адресат программы:
для детей 3 - 8 лет
Срок реализации:
1 год
Разработчик программы:
Ангельчева Е. П.,
музыкальный руководитель

г. Ангарск 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

✓ Пояснительная записка	3
✓ Комплекс основных характеристик программы «Солнечные лучики»	6
Объем и содержание программы.....	6
Планируемые результаты.....	13
✓ Комплекс организационно-педагогических условий	15
Учебный план.....	15
Календарный учебный график.....	23
Оценочные материалы.....	25
Методические материалы.....	27
<i>Методические приемы</i>	28
<i>Требования к подбору движений</i>	30
<i>Критерии определения доступности музыкально-ритмических упражнений</i>	31
<i>Разучивание музыкально-ритмических композиций на занятиях</i>	31
<i>Структура занятия студии ритмопластики</i>	33
✓ Иные компоненты	35
Условия реализации программы.....	35
Календарный учебно - тематический план:	
<i>Вторая младшая группа (3-4 года)</i>	36
<i>Средняя группа (4-5 лет)</i>	39
<i>Старшая группа (5-6 лет)</i>	42
<i>Подготовительная группа (6-8 лет)</i>	45
Список литературы.....	48
✓ Приложения	
<i>Приложение 1</i>	49
<i>Приложение 2</i>	55
<i>Приложение 3</i>	64
<i>Приложение 4</i>	65
<i>Приложение 5</i>	68
<i>Приложение 6</i>	75

Пояснительная записка

Ритмика – это ритмические движения под музыку, и именно она является начальным этапом освоения искусства танца. Танец – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия его потенциальных возможностей и самореализации. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

Занятия ритмикой и танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косяпость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Современные дети испытывают "двигательный дефицит", так как даже дошкольники большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных мышечных групп, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений. Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, гармонично развитым. Мы хотим подсказать вам короткий и верный путь в достижении этих целей. Необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении. Главным мотивом маленьких детей в освоении и совершенствовании двигательного опыта является интерес. Одна из новых форм организации музыкальных занятий - ритмопластика. В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики. Это не только возможность для ребенка хорошо провести время и выплеснуть накопившуюся энергию, но и освоение жизненно необходимых умений и навыков, закладка фундамента будущего физического и психического здоровья, а также создание предпосылок сознательного ведения здорового образа жизни.

Рабочая программа учитывает основные принципы, требования к организации и содержанию учебной деятельности в ДОУ, возрастные особенности детей. Программа разработана на основе программы Бурениной А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста; Каплуновой И., Новоскольцевой И., Программа "Ладушки". А также методических пособий: Зацепиной М.Б. «Музыкальное воспитание в детском саду», Зацепиной М. Б., Жуковой Г. Е., «Музыкальное воспитание в детском саду», Слуцкой С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду», Коновой Н., «Музыкально-

дидактические игры для дошкольников», Раевской Е.П. «Музыкально – двигательные упражнения в детском саду».

Направленность. Дополнительная общеобразовательная программа «Солнечные лучики» имеет художественную направленность.

Актуальность программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка. Танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы. Программа направлена на создание условий для развития артистичности и внутренней свободы ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений. Музыка задаёт не только темповые, ритмические, динамические характеристики движений, но и может стать основой образного содержания. Это связано с её природой: высокой эмоциональностью, абстрактностью языка, позволяющей широко толковать музыкальный образ. Воздействие музыки на развитие воображения происходит, прежде всего, в процессе её восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер данного вида деятельности

Основные особенности настоящей программы заключаются в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников:

- активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса
- значительная часть практических занятий.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. Особый акцент в предлагаемой программе сделан на взаимопроникновение обучающих и творческих моментов в едином процессе.

Данная программа ориентирована на работу с детьми 3-8 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает:

- освоение азов ритмики, изучение танцевальных элементов современных и народных танцев, исполнение детских танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации;
- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 3-4 года

2 год обучения: 4-5 лет

3 год обучения: 5-6 лет

4 год обучения: 6-8 лет

Сроки освоения программы. Программа рассчитана на четыре учебных года. Этот период можно определить, как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и современного танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение программы;
- процессами психического развития ребенка;
- групповым характером освоения программы.

Занятия в студии ритмопластики проводятся с сентября по май, 68 занятий в год.

Форма обучения – очная

Режим занятий:

Вторая младшая группа (3-4 года): 2 раза в неделю по 15 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Средняя группа (4-5 лет): 2 раза в неделю по 20 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Старшая группа (5-6 лет): 2 раза в неделю по 25 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Подготовительная группа (6-8 лет): 2 раза в неделю по 30 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Цель программы: всестороннее развитие ребенка, формирование разнообразных умений, способностей, физических качеств личности и творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений и приобщение детей к танцевальному искусству.

Цель кружковых занятий - формирование у дошкольников основ танцевального творчества и приобщение детей к танцевальному искусству.

Задачи:

Образовательные:

- Приобщать к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах.
- Формировать навыки основных танцевальных движений.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.
- Побуждать к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации.
- Развивать чувство ритма, темпа, координации и свободы движений.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развивать музыкальный слух и чувство ритма.
- Развивать воображение, фантазию, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству.
- Развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений; умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой.

Воспитательные:

- Развивать у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми, воспитывать умения работать в паре, коллективе.
- Создавать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.
- Воспитывать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения

Оздоровительные:

- Формировать координацию и укрепление опорно-двигательного аппарата.
- Формировать психологическое раскрепощение ребенка;
- Укреплять здоровье детей.

Комплекс основных характеристик программы

Объём программы

Программа «Солнечные лучики» для детей 3 - 8 лет рассчитана на четыре возрастные группы.

Программа включает в себя 68 занятия в год.

Продолжительность одного занятия:

Младшая группа 15 мин.
Средняя группа 20 мин.
Старшая группа 25 мин.
Подготовительная группа 30 мин.

Занятия проводятся по группам до 12 человек 2 раза в неделю

Содержание программы

Логоритмика /Приложение №2/

Движения выполняются под стихи. Логоритмика используется в подготовительной части занятия, в партерной гимнастике, в разучивании танцевальных элементов, в образных танцах и в играх

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Партерная гимнастика /Приложение №3/

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.

Танцевальные движения

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы /Приложение №4/

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом пе-

сен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. /Приложение №5/

Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

Итоговое занятие.

Показ пройденного материала на открытом занятии в конце первого и второго полугодия.

Вторая младшая группа. Дети 3-4 года.

Возрастные особенности

Возрастные особенности. Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

Средняя группа. Дети 4-5 лет.

Возрастные особенности

К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

Содержание программы:

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика

- Изображение различных животных в движении;

- упражнения для плеч, головы корпуса;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- упражнения с различными предметами.

Партерная гимнастика

- упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка».

Танцевальные движения

- повторение пройденных движений;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки);
- построение в две и в три линии и обратно в одну колонну;
- движение в парах по кругу;
- равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками;
- танец польки по линии, по-одному и в парах;
- танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее.

Сюжетно-образные танцы

- Повторение пройденных танцев;
- Изучение танцев «Тетя-весельчак», «Ладочки покажи», «Солнышко лучистое», «Птицы мои птицы», «Кузнечик», «Рыбачок», «Ромашки».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию;
- Игры «ручеек», «горелки», «лавата», «перевернись ты».

Итоговое занятие

Открытое занятие в конце первого полугодия;

Отчетный концерт в конце года.

Старшая группа. Дети 5-6 лет.

Возрастные особенности

Дети становятся более артистичными и координированными. Дети шестого года жизни уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

Содержание программы:

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика

- Изображение различных животных в движении;
- упражнения для все групп мышц с предметами и без;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями

Партерная гимнастика

- упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики)
- плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка», «коробочка».

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение;
- танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные;
- работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками;
- движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями;
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее;
- построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии с использованием пройденных танцевальных элементов;
- движения польки по кругу;
- «Енка-енька» в различных видах построения.

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение;

- Изучение новых танцев, «Я рисую», «Стирка», «Полечка», «Зима», «Дикари».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию,
- Игры «рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй».

Итоговое занятие

Открытое занятие в конце первого полугодия;
Отчетный концерт в конце года.

Подготовительная группа. Дети 6-8 лет.

Возрастные особенности

С шести лет дети уже больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложнокоординированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.

Содержание программы:

Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика

- Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках);
- использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев;
- движения по показу из пройденных элементов и движений.

Партерная гимнастика

- упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка»;
- быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки;
- быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый».

Танцевальные движения.

- повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение;
- упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные;
- работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками);

- построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов;
- танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении;
- танец польки по кругу со сменой партнера.

Сюжетно-образные танцы

- Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений
- Изучение новых танцев с использованием предметов «Мы маленькие звезды», «Барбарики», «Гномики», «Чико-Нико», «Бибика».

Музыкальные игры

- Ранее изученные игры по желанию;
- Игры «Дискотека», игра «Зеркало», «Догонялки с использованием танцевальных движений».

Итоговое занятие

- Открытое занятие в конце первого полугодия;
- Отчетный концерт в конце года.

Планируемые результаты

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.
3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

Вторая младшая группа (3-4 года)

Показатели развития. Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка в этом возрасте является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений (что в этом возрасте встречается довольно часто) выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

В конце учебного года дети среднего дошкольного возраста должны уметь:

- 1. Уметь в умеренном и быстром темпе переключаться с одного движения на другое в соответствии с заданной музыкой.
- 2. Уметь перестраиваться из круга врассыпную и обратно.
- 3. Уметь в совершенстве выполнять простейшие образные движения.
- Иметь представление о настроении и характере музыки.
- Уметь владеть своим телом.

Средняя группа (4-5 лет)

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

В конце учебного года дети среднего дошкольного возраста должны уметь:

- согласовать движения с метроритмом и формой музыкального произведения, исполнять разнообразные ритмические движения,
- исполнять различные элементы народных и современных танцев (например, «Ковырялочка», «Присядка», «Приставной шаг», и др.).
- выполнять движения с различными атрибутами: цветами, платочками, игрушками, шарфами, лентами, зонтиками, обручами.
- выполнять несложные перестроения в пространстве по показу взрослого и самостоятельно, а также ориентируясь на схему танца (построение в кругу, в колонну парами и по одному, парами по кругу, врассыпную)

- выражать в свободном движении свое переживание музыки разных стилей – народной, классической, современной.

Разнообразие выполняемых движений, соответствие их темпу, ритму, форме музыкального произведения свидетельствуют о высоком уровне музыкального и двигательного развития ребенка.

Старшая группа (5-6 лет)

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку. В конце учебного года дети старшего дошкольного возраста должны уметь:

- Выразительно исполнять движения под музыку;
- Самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- Уметь передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- Импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений;

Подготовительная группа (6-8 лет)

В конце учебного года дети подготовительного дошкольного возраста должны уметь:

- выразительно исполнять движения под музыку;
- самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- уметь передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических композициях.

Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план /3-4 года/

№	Название разделов /тем	Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Сентябрь «Мир игрушек»	8	1,6	6,4	
1.1	«Знакомство»	2	0,4	1,6	
1.2	Азбука музыкального движения	2	0,4	1,6	
1.3	Изучение элементов ритмической гимнастики.	2	0,4	1,6	
1.4	Базовые шаги ритмической гимнастики под счёт в медленном темпе	2	0,4	1,6	
2.	Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов	8	1,6	6,4	
2.1	«Основные виды движений:	2	0,4	1,6	
2.2	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
2.3	«Упражнения на дыхание»	1	0,2	0,8	
2.4	«Основные виды движений	2	0,4	1,6	
2.5	«Движения в пространстве»	1	0,2	0,8	
3.	Ноябрь «В мире сказок»	8	1,6	6,4	
3.1	«Упражнения на координацию»	2	0,4	1,6	
3.2	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
3.3	«Простейшие упражнения на дыхание»	2	0,4	1,6	
3.4	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
4.	Декабрь «Природа и животные»	8	1,4	6,6	
4.1	Повторение основных элементов ритмопластики.	2	0,4	1,6	
4.2	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
4.3	Разучивание танца (композиция)	2	0,4	1,6	
4.4	«Танцы-приговорки»	1	0,2	0,8	

4.5	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт
5.	Январь «Зимние забавы»	6	1,2	4,8	
5.1	«Танцы-приговорки»	2	0,4	1,6	
5.2	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
5.3	Динамические характеристики игрового образа, использование пластических средств	2	0,4	1,6	
6.	Февраль «Путешествия»	8	1,6	6,4	
6.1	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
6.2	Игры по перемещению в пространстве	2	0,4	1,6	
6.3	Упражнения на развитие ловкости и координации.	2	0,4	1,6	
6.4	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.	Март «Настроения в музыке и пластике»	8	1,6	6,4	
7.1	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.2	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.3	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств	2	0,4	1,6	
7.4	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
8.	Апрель «Любимые песни малышей»	8	1,6	6,4	
8.1	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	2	0,4	1,6	
8.2	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма	2	0,4	1,6	
8.3	Театральная игра	2	0,4	1,6	
8.4	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
9.	Май «Парные танцы»	6	1	5	
9.1	Упражнения для исправления осанки.	1	0,2	0,8	
9.2	Танцевальные игры с актер-	2	0,4	1,6	

	ской задачей				
9.3	Музыкально – двигательный этюд	2	0,4	1,6	
9.4	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт

Учебный план /4-5 лет/

№	Название разделов /тем	Количество часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Сентябрь «Мир игрушек»	8	1,6	6,4	
1.1	«Знакомство»	2	0,4	1,6	
1.2	Азбука музыкального движения	2	0,4	1,6	
1.3	Изучение элементов ритмической гимнастики.	2	0,4	1,6	
1.4	Базовые шаги ритмической гимнастики под счёт в медленном темпе	2	0,4	1,6	
2.	Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»	8	1,4	6,6	
2.1	Основные виды движений	2	0,4	1,6	
2.2	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
2.3	«Упражнения на дыхание»	2	0,4	1,6	
2.4	«Движения в пространстве»	2	0,4	1,6	
3.	Ноябрь «В мире сказок»	8	1,6	6,4	
3.1	«Упражнения на координацию»	2	0,4	1,6	
3.2	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
3.3	«Простейшие упражнения на дыхание»	2	0,4	1,6	
3.4	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
4.	Декабрь «Природа и животные»	8	1,6	6,4	
4.1	Повторение основных элементов ритмопластики.	2	0,4	1,6	
4.2	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
4.3	Разучивание танца	2	0,4	1,6	

4.4	Танцы-приговорки	1	0,2	0,8	
4.5	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт
5.	Январь «Зимние забавы»	6	1.2	4.8	
5.1	Танцы-приговорки	2	0,4	1,6	
5.2	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
5.3	Динамичные характеристики игрового образа, использование пластических средств	2	0,4	1,6	
6.	Февраль «Путешествия»	8	1,6	6,4	
6.1	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
6.2	Игры по перемещению в пространстве	2	0,4	1,6	
6.3	Упражнения на развитие ловкости и координации.	2	0,4	1,6	
6.4	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.	Март «Настроения в музыке и пластике»	8	1.6	6,4	
7.1	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.2	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.3	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств	2	0,4	1,6	
7.4	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
8.	Апрель «Любимые песни малышей»	8	1.6	6.4	
8.1	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	2	0,4	1,6	
8.2	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма	2	0,4	1,6	
8.3	Театральная игра	2	0,4	1,6	
8.4	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
9.	Май «Парные танцы»	6	1	5	
9.1	Упражнения для исправления осанки.	1	0,2	0,8	
9.2	Танцевальные игры с актерской задачей	2	0,4	1,6	

9.3	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
9.4	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт

Учебный план /5-6 лет/

№	Название разделов /тем	Количество часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Сентябрь «Мир игрушек»	8	1,6	6,4	
1.1	«Знакомство»	2	0,4	1,6	
1.2	Повторение элементов ритмической гимнастики.	2	0,4	1,6	
1.3	Повторение базовых шагов ритмической гимнастики под счёт в медленном и быстром темпе.	2	0,4	1,6	
1.4	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
2.	Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов	8	1,6	6,4	
2.1	«Основные виды движений	2	0,4	1,6	
2.2	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
2.3	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
2.4	Упражнения для исправления осанки, развития растяжки и формирования танцевального шага.	2	0,4	1,6	
3.	Ноябрь «В мире сказок»	8	1,6	6,4	
3.1	«Упражнения на координацию»	2	0,4	1,6	
3.2	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
3.3	Упражнения для улучшения гибкости тела.	2	0,4	1,6	
3.4	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
4.	Декабрь «Природа и животные»	8	1,6	6,4	

4.1	Повторение основных элементов ритмопластики.	2	0,4	1,6	
4.2	Музыкально–двигательный этюд	1	0,4	0,6	
4.3	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
4.4	Танцевальные шаги, танцевальные шаги в образах.	2	0,4	1,6	
4.5	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт
5.	Январь «Зимние забавы»	6	1,2	4,8	
5.1	Танцы-приговорки	2	0,4	1,6	
5.2	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
5.3	Динамичные характеристики игрового образа, использование пластических средств	2	0,4	1,6	
6.	Февраль «Путешествия»	8	1,6	6,4	
6.1	Танцевальная азбука	2	0,4	1,6	
6.2	Игры по перемещению в пространстве	2	0,4	1,6	
6.3	Упражнения на развитие ловкости и координации.	2	0,4	1,6	
6.4	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.	Март «Настроения в музыке и пластике»	8	1,6	6,4	
7.1	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.2	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.3	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств	2	0,4	1,6	
7.4	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
8.	Апрель «Любимые песни малышей»	8	1,6	6,4	
8.1	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	2	0,4	1,6	
8.2	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма	2	0,4	1,6	
8.3	Театральная игра.	2	0,4	1,6	

8.4	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
9.	Май «Парные танцы»	6	1	5	
9.1	Упражнения для исправления осанки.	1	0,2	0,8	
9.2	Танцевальные игры с актерской задачей	2	0,4	1,6	
9.3	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
9.4	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт

Учебный план /6-8 лет/

№	Название разделов	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Сентябрь «Мир игрушек»	8	1.6	6.4	
1.1	«Знакомство»	2	0,4	1,6	
1.2	Основные элементы ритмической гимнастики.	2	0,4	1,6	
1.3	Повторение базовых шагов ритмической гимнастики под счёт в медленном и быстром темпе.	2	0,4	1,6	
1.4	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
2.	Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»	8	1.6	6.4	
2.1	Элементы танцев народов мира.	2	0,4	1,6	
2.2	Основные упражнения ритмопластики.	2	0,4	1,6	
2.3	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
2.4	Прыжки	1	0,2	0,8	
2.5	Упражнения для исправления осанки	1	0,2	0,8	
3.	Ноябрь «В мире сказок»	8	1.6	6.4	
3.1	«Упражнения на координацию»	2	0,4	1,6	
3.2	Элементы танцев народов мира	2	0,4	1,6	

3.3	Упражнения для улучшения гибкости тела.	2	0,4	1,6	
3.4	Элементы классического танца	2	0,4	1,6	
4.	Декабрь «Природа и животные»	8	1,6	6,4	
4.1	Повторение основных элементов ритмопластики.	2	0,4	1,6	
4.2	Элементы народного танца.	2	0,4	1,6	
4.3	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
4.4	Танцевальные шаги, танцевальные шаги в образах.	1	0,4	0,6	
4.5	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт
5.	Январь «Зимние забавы»	6	1,2	4,8	
5.1	Танцы-приговорки	2	0,4	1,6	
5.2	Шаги, подскоки, галоп, ходьба, бег.	2	0,4	1,6	
5.3	Динамические характеристики игрового образа, использование пластических средств	2	0,4	1,6	
6.	Февраль «Путешествия»	8	1,6	6,4	
6.1	Элементы народного танца.	2	0,4	1,6	
6.2	Игры по перемещению в пространстве	2	0,4	1,6	
6.3	Упражнение на эластичность боковых мышц, мышц бедра.	2	0,4	1,6	
6.4	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.	Март «Настроения в музыке и пластике»	8	1,6	6,4	
7.1	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.2	Разучивание танца	2	0,4	1,6	
7.3	Упражнения для исправления осанки.	2	0,4	1,6	
7.4	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
8.	Апрель «Любимые песни малышей»	8	1,6	6,4	
8.1	Элементы классического танца.	2	0,4	1,6	
8.2	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации	2	0,4	1,6	

	движений и чувство ритма				
8.3	Театральная игра.	2	0,4	1,6	
8.4	Упражнения художественной гимнастики.	2	0,4	1,6	
9.	Май «Парные танцы»	6	1	5	
9.1	Упражнения для исправления осанки.	1	0,2	0,8	
9.2	Танцевальные игры с актерской задачей	2	0,4	1,6	
9.3	Музыкально–двигательный этюд	2	0,4	1,6	
9.4	Промежуточная аттестация	1	0	1	Отчетный концерт

Календарный учебный график (3-4 года)

<i>Месяц</i>	<i>Количество занятий</i>	<i>Количество часов</i>
<i>сентябрь</i>	8	2ч.
<i>октябрь</i>	8	2ч
<i>ноябрь</i>	8	2ч.
<i>декабрь</i>	8	2ч.
<i>январь</i>	6	1ч30 мин..
<i>февраль</i>	8	2ч.
<i>март</i>	8	2ч.
<i>апрель</i>	8	2ч.
<i>май</i>	6	1ч.30 мин.
<i>Итого</i>	68	9ч.

Календарный учебный график (4-5 лет)

<i>Месяц</i>	<i>Количество занятий</i>	<i>Количество часов</i>
<i>сентябрь</i>	8	2ч. 40мин
<i>октябрь</i>	8	2ч. 40мин
<i>ноябрь</i>	8	2ч. 40мин
<i>декабрь</i>	8	2ч. 40мин
<i>январь</i>	6	2ч.
<i>февраль</i>	8	2ч. 40мин
<i>март</i>	8	2ч. 40мин
<i>апрель</i>	8	2ч. 40мин
<i>май</i>	6	2ч.
<i>Итого</i>	68	21ч.20мин

Календарный учебный график (5-6 лет)

<i>Месяц</i>	<i>Количество занятий</i>	<i>Количество часов</i>
<i>сентябрь</i>	8	3ч.20мин
<i>октябрь</i>	8	3ч.20мин
<i>ноябрь</i>	8	3ч.20мин
<i>декабрь</i>	8	3ч.20мин
<i>январь</i>	6	2ч. 30мин
<i>февраль</i>	8	3ч.20мин
<i>март</i>	8	3ч.20мин
<i>апрель</i>	8	3ч.20мин
<i>май</i>	6	2ч.30мин
<i>Итого</i>	68	28ч.20мин

Календарный учебный график (6-8 лет)

<i>Месяц</i>	<i>Количество занятий</i>	<i>Количество часов</i>
<i>сентябрь</i>	8	4ч.
<i>октябрь</i>	8	4ч.
<i>ноябрь</i>	8	4ч
<i>декабрь</i>	8	4ч
<i>январь</i>	6	3ч
<i>февраль</i>	8	4ч
<i>март</i>	8	4ч
<i>апрель</i>	8	4ч
<i>май</i>	6	3ч
<i>Итого</i>	68	34ч.

Оценочные материалы

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности /Приложение №1/

Для эффективного развития ребенка в танцевально-ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий в кружке «Солнечные лучики» на ребенка. Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное

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

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

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

Критерии уровня развития чувства ритма:

1. Движение.

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

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

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

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

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

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

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

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

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жёстками»):

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

2. Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма песни шагами:

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

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

2) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – неверно воспроизводит ритмический рисунок.

3. Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмические рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное:

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

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

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

При определении уровня подготовленности детей в зависимости от выполнения различных элементов используем оценки от 1 до 3 баллов. Правильное одновременное выполнение оценивается в 3 балла- высокий уровень; неодновременное, но правильное – 2 балла; верное выполнение после повторного показа – 2 балла –средний уровень; неверное, симметричное – 1балл –низкий уровень. Результаты заносятся в таблицу.

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;
- праздничные выступления;
- фольклорные праздники («Масленица» и т.д.);
- развлечения и досуги («Осенины», «Посиделки на завалинке» и др.);
- отчётные концерты;
- участие в смотрах, конкурсах.

Методические материалы

Принципы и методы обучения

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- **Принцип доступности и индивидуализации**, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение сильных для него заданий. Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым предлагается показать какое-либо упражнение остальным детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.

- **Принцип постепенного повышения требований**, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

- **Принцип систематичности** – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

- **Принцип сознательности и активности**, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

- **Принцип повторяемости материала**, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо в повторяющиеся упражнения вносить некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

- **Принцип гуманности** выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

- **Принцип наглядности**. На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разученное движение переросло в навык, образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Методические приемы

Данные принципы удачно реализуются и способствуют эффективности образовательного процесса только во взаимосвязи. При организации занятий используются методические приемы, активизирующие у детей желание творчества: *наглядный метод, практический метод, словесный метод, метод аналогий, импровизационный метод, игровой метод.*

Игровой метод.

Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Форма обучения

Обучение детей проходит по специально организованной деятельности во второй половине дня. Учебная неделя: 2 дня.

Виды занятий

Занятия хореографией делятся на несколько видов. Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

Обучающие занятия. На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.

Закрепляющие занятия. Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети, выполняющие движения правильно.

Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.

Постановочные занятия. На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.

Импровизационные занятия. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Требования к подбору движений

Музыкально – ритмические движения должны **соответствовать музыке**, а также быть:

- **доступными** двигательным возможностям детей (с точки зрения координации движений, ловкости, точности, пластичности);
- **понятными** по содержанию игрового образа (для старших — герои волшебных сказок, переживаниями различных состояний и т.д.);
- **разнообразными, нестереотипными**, включающими различные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках и пр.

Характеризуя доступность ритмической композиции в целом, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений;
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки.

Интенсивность нагрузки зависит от **темпа** музыкального произведения и от подбора **движений**. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки. Нагрузочными также являются подскоки, галопы, прыжки, приседания, выполняемые в умеренно быстром темпе. Т. Лишицкая предлагает следующие критерии для подбора упражнений соответственно темпу музыки:

- быстрый бег — 160 акцентов в минуту;
- подскоки, галоп — 120-150 акцентов в минуту;
- маховые движения — 80-90 акцентов в минуту;
- наклоны — 70 акцентов в минуту;
- повороты, наклоны головы, растягивания — 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Педагог должен соотнести все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться и на средние показатели уровня развития детей в группе.

Критерии определения доступности музыкально-ритмических упражнений

Обобщая вышеизложенные требования к подбору музыки и движений, определены следующие критерии доступности композиций в соответствии с 1, 2 и 3 уровнями сложности, а именно:

1. Доступность музыкально-игрового **образа** (понятные и близкие детям образы игрушек, домашних животных и т.д.).

2. Доступность **музыки**:

- по объему (продолжительность звучания);
- по темпу (умеренно быстрый — умеренно медленный, быстрый и разнообразный — с ускорениями и замедлениями);
- по форме (2-3-частная форма с контрастными по звучанию частями, с менее контрастными по звучанию частями и сложная по структуре форма — вариации, рондо и т.д.);
- по характеру ритмического рисунка (от воспроизведения ритмической пульсации и сильной доли к воспроизведению несложных ритмических рисунков (ти-ти-та) и к разнообразным пунктирным и синкопированным ритмам).

3. Доступность **движений**:

- по объему (4-5 двигательных элементов, 6-8 элементов и многообразие двигательных элементов);
- по интенсивности (нагрузочности) движений;
- по сложности для исполнения с точки зрения координации, ловкости, точности или гибкости, пластичности движений.

Критерии доступности, безусловно, относительны. Они не всегда могут быть связаны с технической сложностью, иногда определяется уровень сложности по трудности пластического выражения образа (например, "Два Барана" или "Кошка и Девочка", в которых самым сложным является умение быстро перевоплощаться и изображать характер персонажа).

Разучивание музыкально-ритмических композиций на занятиях

Процесс разучивания музыкально-ритмических композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого, поэтому, на мой взгляд, наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми, где вся дидактика скрыта, незаметна для самого ребенка. При этом и сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Такой самонастрой взрослого способствует эмоциональному "заражению", установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности.

В процессе освоения нового материала наиболее актуальными являются следующие задачи:

- заинтересовывать новой композицией;
- формировать максимальную концентрацию внимания детей;
- активизировать детей с учетом индивидуальных особенностей.

Из многообразия существующих способов вызвать у детей интерес к новому материалу выбираются наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д. Активизация внимания достигается за счет выполнения движений по показу. В процессе подражания дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В этот момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (двигательная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному усвоению материала и гармоничному развитию ребенка. Однако во многих композициях сочетается исполнение фиксированных движений (по показу) и свободное, самостоятельное выполнение движений. Переход от подражания к самостоятельности требует включения самоконтроля, волевых усилий, быстроты реакции, психологической раскрепощенности. На первых занятиях не все дети могут сразу импровизировать, некоторым нужно время, чтобы привыкнуть к музыке, обдумать движения. Я подбадриваю детей, стараюсь стимулировать творческую активность, подбираю образные сравнения, характеризующие игровой образ, внушаю уверенность в собственных силах. В процессе наблюдения так же, определяются те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения. Их можно сразу же показать в медленном темпе под счет, используя приемы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложные движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые. Важно, акцентировать внимание не столько на ошибках исполнения, сколько на характере движений, отражающих музыкально-игровой образ и ориентироваться на поиск приемов, облегчающих детям освоение упражнений. Чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребенка установки на исполнение композиции. Важно "зацепить" интересы детей, их жизненный и игровой опыт, как бы перекинуть "мостик" от музыки и содержания композиции к интересу ребенка, его индивидуальности и вызвать желание "войти в образ", показать его в пластике. Разнообразные музыкально-ритмические композиции требуют разных установок, опоры на различные образы. Как показывает практика, освоение детьми композиций происходит в течение примерно 2—3 недель. При этом не ставятся задача абсолютно точ-

ного и синхронного исполнения движений. Дети двигаются, кто как может, главное, чтобы с удовольствием. По мере повторения композиции в разных ситуациях (на зарядке, на занятиях, между занятиями и т.д.) постепенно осваиваются отдельные элементы различных видов движений, опираясь на которые педагог ставит танцы индивидуально или с подгруппой детей, но в этом случае акцентируется внимание на качестве, выразительности движений.

Структура занятия студии ритмопластики

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

№ п.	Содержание обучения на занятии	Время (младшая группа)	Время (средняя группа)	Время (старшая группа)	Время (подготовит. группа)
1.	Поклон	1мин.	1мин.	1мин.	1мин.
2.	Разминка	2мин.	3мин.	4мин.	4мин.
3.	Партерный экзерсис	2мин.	4мин.	5мин.	5мин.
4.	Дыхательная гимнастика	1мин.	1мин.	1мин.	1мин.
5.	Разучивание танцевальных движений, синхронность исполнения	4мин.	5мин.	6 мин.	9мин.

6.	Диагональ, разучивание кружений, вращений	2мин.	3мин.	5мин.	7мин.
7.	Игра	2мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
8.	Поклон	1мин.	1мин.	1мин.	1мин.

Формы обучения групповые и индивидуальные.

Педагогические технологии:

- Здоровьесберегающая технология.
- Игровая технология.

Контроль за самочувствием детей

Во время занятий необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следить за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласуйте с предписаниями врача.
3. Проверять вместе с медицинским персоналом по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушиваться внимательно к жалобам детей, не заставлять их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
5. В беседах с воспитателями и родителями выяснять все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.
6. Следить за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обратить на покрытие пола (с точки зрения предотвращения травм — не скользкий ли пол, не торчат ли гвозди и т.д.).

Иные компоненты

Условия реализации программы

Реализация данной программы осуществляется в музыкальном зале.

Использование ИКТ

Актуальность использования ИКТ на занятиях продиктована самим временем. Современный мир сегодня предъявляет новые требования к восприятию и использованию информационно - коммуникационных технологий в работе с детьми. Компьютер входит в жизнь ребенка с ранних лет, оказывая как положительное, так и отрицательное влияние на формирование его личности. По силе воздействия на детскую психику современные информационные технологии несравнимы с другими средствами. При подготовке и проведении занятий используются средства ИКТ соответствии с новыми Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования:

- *Знакомство* детей с танцами народов мира;
- Осуществляет просмотр в записи выполненных упражнений и анализ собственных ошибок;
- Просмотр новых упражнений и техники их выполнения;
- Просмотр выступлений детских коллективов.

Материально-техническое обеспечение

Предметы, используемые для реализации Программы

На занятиях по ритмопластике используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, колокольчики, спортивная форма, чешки.

Для открытых занятий и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты.

Технические средства

Музыкальный центр, аудио-видео материал, ноутбук, проектор, экран.

Календарный учебно - тематический план
/3-4 года/
/форма обучения очная/

Дата	Тема	Количество часов
Сентябрь «Мир игрушек»		
1 неделя	«Знакомство» Правила поведения на занятиях, рекомендуемая форма для занятий правила личной гигиены и техники безопасности. Разучивание танцевального приветствия (поклон), игра «Знакомство»	30 мин
2 неделя	Азбука музыкального движения	30мин.
3 неделя	Изучение элементов ритмической гимнастики.	30 мин.
4 неделя	Базовые шаги ритмической гимнастики под счёт в медленном темпе	30 мин.
Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»		
1 неделя	«Основные виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	30мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	30 мин.
3 неделя	«Упражнения на дыхание»	30 мин.
4 неделя	«Основные виды движений ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	30 мин.
Ноябрь «В мире сказок»		
1 неделя	«Упражнения на координацию»	30 мин.
2 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	30мин.
3 неделя	«Простейшие упражнения на дыхание»	30 мин.
4 неделя	Танцевальная азбука (разучива-	30 мин.

	ние танцевальных движений и шагов)	
Декабрь «Природа и животные»		
1 неделя	Повторение основных элементов ритмопластики.	30 мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	30 мин
3 неделя	Разучивание танца (композиция)	30 мин.
4 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак», и т.д.)»	30 мин.
Январь «Зимние забавы»		
1 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак», и т.д.)»	30 мин.
2 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топающим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	30 мин.
3 неделя	Динамичные характеристики игрового образа, использование пластических средств (поза, мимика, пантомима)	30 мин.
Февраль «Путешествия»		
1 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	30 мин.
2 неделя	Игры по перемещению в пространстве («Движение в пространстве», «Спонтанное движение», «Хвост дракона», «Машинисты»).	30 мин.
3 неделя	Упражнения на развитие ловкости и координации.	30 мин.
4 неделя	Разучивание танца (композиция)	30 мин.

Март «Настроения в музыке и пластике»		
1 неделя	Разучивание танца (композиция)	30 мин.
2 неделя	Разучивание танца (композиция)	30 мин.
3 неделя	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств: «пятнашки», «салки в два круга», «ловушка», «успей занять свое место», «пингвины» и т.д.	30 мин.
4 неделя	Музыкально – двигательный этюд	30 мин.
Апрель «Любимые песни малышей»		
1 неделя	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	30 мин.
2 неделя	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма («Гусеница», «Змейка» «Тихо-громко»).	30 мин.
3 неделя	Театральная игра	30 мин.
4 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топающим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	30 мин.
Май «Парные танцы»		
1 неделя	Упражнения для исправления осанки. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	30 мин.
2 неделя	Танцевальные игры с актерской задачей (выразить радость, грусть).	30 мин.
3 неделя	Музыкально – двигательный этюд	15 мин.
4 неделя	Итоговое занятие.	15 мин.

Календарный учебно - тематический план
/4-5 лет/
/форма обучения очная/

Дата	Тема	Количество часов
Сентябрь «Мир игрушек»		
1 неделя	«Знакомство» Правила поведения на занятиях, рекомендуемая форма для занятий правила личной гигиены и техники безопасности. Разучивание танцевального приветствия (поклон), игра «Знакомство»	40 мин
2 неделя	Азбука музыкального движения	40мин.
3 неделя	Изучение элементов ритмической гимнастики.	40 мин.
4 неделя	Базовые шаги ритмической гимнастики под счёт в медленном темпе	40 мин.
Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»		
1 неделя	«Основные виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	40мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	40 мин.
3 неделя	«Упражнения на дыхание»	40 мин.
4 неделя	«Основные виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	40 мин.
Ноябрь «В мире сказок»		
1 неделя	«Упражнения на координацию»	40 мин.
2 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	40мин.
3 неделя	«Простейшие упражнения на дыхание»	40 мин.
4 неделя	Танцевальная азбука (разучива-	40 мин.

	ние танцевальных движений и шагов)	
Декабрь «Природа и животные»		
1 неделя	Повторение основных элементов ритмопластики.	40 мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	40 мин
3 неделя	Разучивание танца (композиция)	40 мин.
4 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак», и т.д.)»	40 мин.
Январь «Зимние забавы»		
1 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак», и т.д.)»	40 мин.
2 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топаящим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	40 мин.
3 неделя	Динамичные характеристики игрового образа, использование пластических средств (поза, мимика, пантомима)	40 мин.
Февраль «Путешествия»		
1 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	40 мин.
2 неделя	Игры по перемещению в пространстве («Движение в пространстве», «Спонтанное движение», «Хвост дракона», «Машинисты»).	40 мин.
3 неделя	Упражнения на развитие ловкости и координации.	40 мин.
4 неделя	Разучивание танца (композиция)	40 мин.

Март «Настроения в музыке и пластике»		
1 неделя	Разучивание танца (композиция)	40 мин.
2 неделя	Разучивание танца (композиция)	40 мин.
3 неделя	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств: «пятнашки», «салки в два круга», «ловушка», «успей занять свое место», «пингвины» и т.д.	40 мин.
4 неделя	Музыкально – двигательный этюд	40 мин.
Апрель «Любимые песни малышей»		
1 неделя	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	40 мин.
2 неделя	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма («Гусеница», «Змейка» «Тихо-громко»).	40 мин.
3 неделя	Театральная игра	40 мин.
4 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топающим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	40 мин.
Май «Парные танцы»		
1 неделя	Упражнения для исправления осанки. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	40 мин.
2 неделя	Танцевальные игры с актерской задачей (выразить радость, грусть).	40 мин.
3 неделя	Музыкально – двигательный этюд	20 мин.
4 неделя	Итоговое занятие.	20 мин.

Календарный учебно - тематический план
/5-6 лет/
/форма обучения очная/

Дата	Тема	Количество часов
Сентябрь «Мир игрушек»		
1 неделя	«Знакомство» Правила поведения на занятиях, рекомендуемая форма для занятий правила личной гигиены и техники безопасности. Постановка корпуса, построения, необходимые для организации занятий.	50 мин
2 неделя	Повторение элементов ритмической гимнастики. Упражнения в положении стоя.	50мин.
3 неделя	Повторение базовых шагов ритмической гимнастики под счёт в медленном и быстром темпе.	50 мин.
4 неделя	Элементы классического танца.	50 мин.
Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»		
1 неделя	«Основные виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	50мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	50 мин.
3 неделя	Элементы классического танца.	50 мин.
4 неделя	«Основные виды движений: ходьба, бег, прыжковые движения в различных темпах»	50 мин.
Ноябрь «В мире сказок»		
1 неделя	«Упражнения на координацию»	50 мин.
2 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	50мин.
3 неделя	Упражнения для улучшения гибкости тела.	50 мин.
4 неделя	Элементы классического танца.	50 мин.

Декабрь «Природа и животные»		
1 неделя	Повторение основных элементов ритмопластики.	50 мин.
2 неделя	Музыкально – двигательный этюд	50 мин.
3 неделя	Разучивание танца (композиция)	50 мин.
4 неделя	Танцевальные шаги, танцевальные шаги в образах.	50 мин.
Январь «Зимние забавы»		
1 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак» и т.д.)»	50 мин.
2 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топаящим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	50 мин.
3 неделя	Динамичные характеристики игрового образа, использование пластических средств (поза, мимика, пантомима)	50 мин.
Февраль «Путешествия»		
1 неделя	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	50 мин.
2 неделя	Игры по перемещению в пространстве («Движение в пространстве», «Спонтанное движение», «Хвост дракона», «Машинисты»).	50 мин.
3 неделя	Упражнения на развитие ловкости и координации.	50 мин.
4 неделя	Разучивание танца (композиция)	50 мин.
Март «Настроения в музыке и пластике»		

1 неделя	Разучивание танца (композиция)	50 мин.
2 неделя	Разучивание танца (композиция)	50 мин.
3 неделя	Игры-эстафеты для развития скоростно-силовых качеств: «пятнашки», «салки в два круга», «ловушка», «успей занять свое место», «пингвины» и т.д.	50 мин.
4 неделя	Музыкально – двигательный этюд	50 мин.
Апрель «Любимые песни малышей»		
1 неделя	Ходьба, подъем колена, выпад, бег под ускоренный счет и под ритмическую музыку.	50 мин.
2 неделя	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движе- ний и чувство ритма («Гусени- ца», «Змейка» «Тихо-громко»).	50 мин.
3 неделя	Театральная игра. Упражнения для исправления осанки.	50 мин.
4 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спо- койная, на носках, на пятках, то- пающим шагом, с высоким под- ниманием колена (высокий шаг)	50 мин.
Май «Парные танцы»		
1 неделя	Упражнения для исправления осанки. Упражнения для улуч- шения гибкости позвоночника.	25 мин.
2 неделя	Танцевальные игры с актерской задачей (выразить радость, грусть).	50 мин.
3 неделя	Музыкально – двигательный этюд	50 мин.
4 неделя	Итоговое занятие.	25 мин.

Календарный учебно - тематический план
/6-8 лет/
/форма обучения очная/

Дата	Тема	Количество часов
Сентябрь «Мир игрушек»		
1 неделя	«Знакомство» Правила поведения на занятиях, рекомендуемая форма для занятий правила личной гигиены и техники безопасности. Постановка корпуса, построения, необходимые для организации занятий.	60 мин
2 неделя	Основные элементы ритмической гимнастики.	60мин.
3 неделя	Повторение базовых шагов ритмической гимнастики под счёт в медленном и быстром темпе.	60 мин.
4 неделя	Элементы классического танца.	60 мин.
Октябрь «Любимые персонажи мультфильмов»		
1 неделя	Элементы танцев народов мира.	60мин.
2 неделя	Основные упражнения ритмопластики.	60 мин.
3 неделя	Элементы классического танца.	60 мин.
4 неделя	Прыжки: на двух ногах, на одной ноге, подскоки, галоп боковой.	60 мин.
Ноябрь «В мире сказок»		
1 неделя	«Упражнения на координацию»	60 мин.
2 неделя	Элементы танцев народов мира.	60мин.
3 неделя	Упражнения для улучшения гибкости тела.	60 мин.
4 неделя	Элементы классического танца.	60 мин.
Декабрь «Природа и животные»		
1 неделя	Повторение основных элементов	60 мин.

	ритмопластики.	
2 неделя	Элементы народного танца.	60 мин
3 неделя	Разучивание танца (композиция)	60 мин.
4 неделя	Танцевальные шаги, танцевальные шаги в образах.	60 мин.
Январь «Зимние забавы»		
1 неделя	«Танцы-приговорки (например «Раз, два, три на носочки», «Гопак», и т.д.)»	60 мин.
2 неделя	Шаги, подскоки, галоп, ходьба, бег. Упражнения в положении стоя, лежа, сидя.	60 мин.
3 неделя	Динамические характеристики игрового образа, использование пластических средств (поза, мимика, пантомима)	60 мин.
Февраль «Путешествия»		
1 неделя	Элементы народного танца.	60 мин.
2 неделя	Игры по перемещению в пространстве («Движение в пространстве», «Спонтанное движение», «Хвост дракона», «Машинисты»).	60 мин.
3 неделя	Упражнение на эластичность боковых мышц, мышц бедра.	60 мин.
4 неделя	Разучивание танца (композиция)	60 мин.
Март «Настроения в музыке и пластике»		
1 неделя	Разучивание танца (композиция)	60 мин.
2 неделя	Разучивание танца (композиция)	60 мин.
3 неделя	Упражнения для исправления осанки. Упражнения лежа на боку для растяжки и формирования танцевального шага.	60 мин.

4 неделя	Музыкально – двигательный этюд	60 мин.
Апрель «Любимые песни малышей»		
1 неделя	Элементы классического танца.	60 мин.
2 неделя	Игры-эстафеты для развития гибкости, координации движений и чувство ритма («Гусеница», «Змейка» «Тихо-громко»).	60 мин.
3 неделя	Театральная игра. Упражнения для исправления осанки.	60 мин.
4 неделя	Упражнения художественной гимнастики. Ходьба бодрая, спокойная, на носках, на пятках, топаящим шагом, с высоким подниманием колена (высокий шаг)	60 мин.
Май «Парные танцы»		
1 неделя	Упражнения для исправления осанки. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	30 мин.
2 неделя	Танцевальные игры с актерской задачей (выразить радость, грусть).	60 мин.
3 неделя	Музыкально – двигательный этюд	60 мин.
4 неделя	Итоговое занятие.	30 мин.

Список литературы:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — Изд. 4-е перераб. и доп. — СПб.: Фонд «Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост»», 2015. — 196 с.
2. Зацепина М.Б. Музыкальное воспитание в детском саду. Для занятий с детьми 2-7 лет. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. — 96 с.
3. Зацепина М. Б., Жукова Г. Е., Музыкальное воспитание в детском саду — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.- 192 с.
4. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. — М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2006. — 272 с.+вкл.
5. Конова Н., «Музыкально-дидактические игры для дошкольников» М., 1982
6. Каплунова И. Новоскольцева И., Программа "Ладушки" И., С-П., «Композитор», 2000г.;
7. Раевская Е.П. Музыкально – двигательные упражнения в детском саду: М.: Просвещение, 1991.- 222 с.

Электронные ресурсы

1. Съёмные цифровые носители (флэш карта) с аудиозаписями и видеофайлами.
2. Буренина А. И., Тютюнникова Т. Э. Тутти: Программа музыкального воспитания детей дошкольного возраста. — СПб.: РЖ «Музыкальная палитра», 2002. — 144 с.
3. Ирванцова О.В. Очарование движением: Танцевально-ритмические композиции для детей дошкольного и младшего школьного возраста: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкол. и общ. сред. образования/ О.В. Ирванцова. — Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2007. — 75 с.
4. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей». Выпуск 5,3

Приложения

Приложение 1

Инструментарий к мониторингу танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителей проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

Диагностические игровые и ритмические упражнения

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

1. Выполнение элементов танца:

Средняя группа – исполнить небольшой группой притопы одной ногой, хлопки в ладоши, кружение по одному.

Старшая группа – выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Подготовительная группа – выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

2. Создание музыкально-игрового образа:

Старшая группа – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Подготовительная группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

Выявление уровня ритмического слуха:

Младшая группа – повторить ритм хлопками.

Средняя группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести его на барабане (двухтактное построение).

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение). Подготовительная группа – послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении

Вариант 1. Несюжетные этюды

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

Вариант 2. Сюжетные этюды

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любят. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

Уровни развития танцевально-ритмических навыков.

«1» - **Низкий уровень.** Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - **Средний уровень.** Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - **Высокий уровень.** Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - **Низкий уровень** – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - **Средний уровень** – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений,

движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха

«1» - **Низкий уровень** – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - **Средний уровень** – допускает 2-3 ошибки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

Уровень качества танцевально-ритмических движений, координированности

«1» - **Низкий уровень** – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

«2» - **Средний уровень** – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими,

движения соответствуют характеру музыки;

«3» - **Высокий уровень** – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в

движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - **Низкий уровень** – не справляется с заданием.

«2» - **Средний уровень** – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

Уровень артистичности и творчества в танце

«1» - Низкий уровень – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - Средний уровень - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - Высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

Группа №

Фамилия Имя ребенка	Степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности		Уровень ритмического слуха		Уровень артистичности и творчества в танце		Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями		Уровень развития танцевально-ритмических навыков		Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации движений	
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.

Н.г. — начало года

К.г. — конец года

ЛОГОРИТМИКА. Упражнения и стихи.

«Путешествие в сказочный лес»

- Педагог: Я Вам рада, в лес сегодня заглянуть нам надо
Посмотреть на елочки, на стройные иголки
Мишку, зайчика, лисичку по-проведать, не забыть
И лягушку, и квакушку стороной не обходить.
Всем приветы передать, в гости их к себе позвать
Крепко за руки взялись, в путь дорожку собрались.
- (Дети встают в пары)
Вместе дружно мы идем
Вместе песенку поем
Вместе весело живем
Вместе в лес гулять пойдем.
- (Дети в парах идут друг за другом, вытягивая и держа спинку, у мальчиков рука на поясе, у девочек на юбочке)
На полянку мы пришли
Вы ребята, молодцы!!
Выберем себе пенечки
Соберем здесь все грибочки.
- (Упражнение на приседание «сели, встали»)
Сели, встали
Сели, встали
Потянулись, позевали
Другу ручкой помахали
Улыбнулись, побежали!
Мы бежали, мы бежали
Ножки лихо поднимали
Ручки за спину сложив,
И соседа удивив.
- (Дети встают в круг, руки на поясе, и проделывают все по тексту, а затем начинают бег по кругу)
Долго с вами мы бежали
Медвежонка увидали!
- (Из числа детей выбираем одного ребенка и укладываем его на спинку, как мишку, все остальные дети вокруг него)
Мишка, Мишка
Спи, малышка
Мы тихонечко бежим
Сон твой сладкий сторожим.
- (Дети вокруг медведя, бег на полу-пальцах)
Спать медведя положи, продолжаем мы гулять
В чащу леса забрели и комариков нашли!
- (Играет музыка, дети хлопают в ладоши, ловят комариков, упражнение на громко-тихо, динамические оттенки)
Комарики, комарики, летаете весь день
Сейчас надуем шарик мы, для всех своих друзей!
- (Дети взялись за руки. Игра «Надуем шар»)
Надувайся, шар, надувайся большой
Оставайся такой и не лопайся!
- (Постепенно усложняем задачу и добавляем притопы и хлопки)

В шар садимся мы с друзьями
Пролетаем над горами
Над лесами и полями.

(Дети встают в тесную кучку и машут руками, приветствуя всех вокруг, далее импровизационно дети разлетаются по залу)

Что за птицы в небе синем, высоко-высоко
Это мчатся самолеты, далеко-далеко
Звезды ясные сияют, под крылом-под крылом
Наши славные пилоты, за рулем-за рулем.
Самолет летит, самолет гудит
Уууууууууууууу, я лечу в Москву
Командир-пилот, самолет ревет
Уууууууууууууу, я лечу в тайгу.

-Полетали? (дети: да!)

-Приземлились? (дети: да!)

А теперь нам всем пора
Лягушата в гости ждут
На большом лесном болоте
Песнь с квакушкой поют

(Педагог в центре, дети вокруг)

К маме все вы повернулись
Квакнули - ква, переглянулись
К маме прыгаем сейчас-
Веселая семья у нас!
К маме спинкой повернулись
Квакнули - ква, переглянулись
На прогулку все сейчас-
Дружная семья у нас!!!!

(Сначала все по тексту, затем дети прыгают в полном приседе в центр и из центра. Игра может иметь развитие - вокруг болота «с кочки на кочку». Ориентация в пространстве, двигательные навыки)

-Интересно Вам в лесу?

-Да!!!!

-Наверное, еще погуляем по нему?

-Да!!!!

-Кто еще же здесь живет?

Лисичка, зайчик, волк, енот

Много бабочек, кукушек

Львят, мышат и саранчи!

А сейчас устроим танцы

Все зверята, молодцы!!!

(Импровизация по заданию):

-Ползаем, как мышки

-Рычим, как львята

-Летаем, как бабочки

-Танцуем, как лисички.

-Танцевали и летали

Песни пели и рычали

Притомились мы немного

Сядем, выдохнем немного!

- Ветер сильно вдруг подул, деревца качаются
Потемнело уж в лесу, дождик начинается!
- Прыгаем по лужам: прыг-прыг-прыг
И садимся в поезд: чух-чух-чух
Проверим мы колесики: тук-тук-тук
Отправляемся домой, по дороженьке ночной!

«На деревне у бабушки»

Педагог: Соберем мы всех ребят
Ведь они уже не спят
Поиграем мы чуть-чуть
Соберемся вместе в путь.

Чтоб никто не заблудился
Крепко за руки взялись
В путь дорожку собрались.

(Встаем в круг и беремся за руки, двигаемся по кругу, вытягивая стопы, и держим спинки, макушкой тянемся наверх)

-самолет построим сами
Пролетим над городами
Пронесемся над полями
Над макушками деревьев
Над опушками лесов
И в любимую деревню
Прямо к бабушке за стол

(Летим по залу, как самолеты, музыка внезапно останавливается, и дети смотрят по сторонам, педагог подзывает детей к себе и все вместе очень тихо передвигаются по залу, разглядывая, куда они приехали)

Мы приехали к бабуле, в ее славный, теплый дом
Выйдем с другом в огород фруктов, овощей нарвем.

Взялись дружно мы за дело
Посадили репку смело
Лук, огурчики, картошку
И зеленого горошка!

(Дети встают на свои места)

Куры-куры: ко-ко-ко
Мы снесли яички
Ку-ку-кушайте, ко-ко,
Детки-невелички.

(Смена мест)

Помидор на грядке, делает зарядку
Как здоровье помидор? - Хорошо, в порядке
Весь вспотел, но не устал, от зарядки красным стал.

(Смена мест)

В огороде шум-шум-шум
Зайка, зайка: хрум-хрум-хрум
Прыг-прыг-прыг по пням, по пням
Съел морковку-ням, ням, ням

(плие, хлопают по коленкам, плие, плечики, прыжки, два приседания, хлопочки голова направо, налево)

- Раз малинка, два малинка - прямо у окошка
 Раз малинка, два малинка - целое лукошко
 Только надо рано встать, чтоб лукошко то собрать.
 (3 притопа - 2раза, вокруг себя - 2раза)
 Высоко кричит синичка, ой, как выросла клубничка
 Нужно быстренько срывать, полетела деток звать!
 (Полу-пальцы, наклоны вперед)
 Что за грохот - бум-бум-бум - яблочко упало!
 В травке яблочко найдем, чтобы не пропало.
 (Притопы, руки к полу)
 Мы черничку соберем в папин день рождения
 Сварим папе поскорей вкусное варенье
 Скажет папа: «Молодцы!», всем подарки-леденцы!
 (Собираем пальчиками ягодки, мешаем поварешкой в кастрюле, прыгаем и хлопаем в ладоши)
 Мы висели под дождем, капал дождик ночью, днем
 Чтоб краснели мы и спели, чтоб скорей нас детки съели
 Всех помыл нас дождь сейчас, мы чернички - ешьте нас!
 (Тянемся ручками наверх, затем показываем, какие мы красивые, и как нас съели)
 Чесночок наш, чесночок, ой, как горько-горько!
 Чесночок наш, чесночок, ест теленок Борька
 Нам скажи-ка почему? Чтобы сильным быть му-му!!!
 (Упражнение на мимику все по тексту)
 Ходит по полю бычок, вкусно пахнет, как лучок!
 В носике щекочется, скушаю, раз хочется!
 (Ходим вокруг себя на месте, как бычки, за вторым разом расходимся по залу)
 -К бабушке вернемся в дом, пирожки мы испечем
 Надо теста взять в ладошки, помесить его немножко
 В печке нужно подержать и немножко подождать!
 (дети ложатся на пол, на животики, а ножки в «бабочку» и слушают рассказ про гнома, отвечают на вопросы)
 Кто живет под потолком?- Гном
 У него есть борода? – Да
 А манишка и жилет? – нет
 С кем он утром кофе пьет? – Кот
 С кем он бегаёт по крыше? – Мыши
 И давно он там живет? – Год
 Он капризничает, да? – Никогда
 Но, а как его зовут? – Спрут.
- (Повторяем несколько раз)
 «Кисти»: Есть у нас капуста,
 Большая капуста
 Мы капусту режем, режем
 Мы капусту солим, солим
 Мы капусту трем, трем
 Мы капусту мнем, мнем
- Полежали, погуляли
 В огороде побывали
 Всех цыпляток покормили
 И бабуле угодили!!!

«Зоопарк»

Построение в рисунок (шахматный порядок). При включении музыки дети мягким бегом движутся по залу, когда музыка затихает, прибегают на свои места.

Педагог: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте.

(поклон с плие и кивком головы, шаг приставной)

Нам пора, друзья мои!

Впереди каникулы.

В зоопарк шагаем дружно,

Нам зверят увидеть нужно!

(ходьба по кругу с вытягиванием стоп, с высоким подниманием колена, на полупальцах, на пятках, мелкий бег на полу-пальцах, бег взмахом, прыжки)

Мы бежали, мы бежали,

Наши ноженьки устали,

Мы немножко посидим,

На зверяток поглядим.

(загадки)

Полоска белая, полоска черная

Я вся умелая, я вся проворная,

Скачу во весь опор, быстрее ветра –

Лошадка в Африке, я ваша – (зебра).

Эй, не стой слишком близко,

Не шучу я, я не киска.

Не устраивай здесь игр,

Я в полоску, хищный – (тигр).

Я запасливый всегда,

На спине ведь два горба,

Когда мне еду дают,

Я в них складываю, я – (верблюду).

В болоте славно я живу,

И жвачку жвачную жую,

Большой живот, огромный рот,

Я настоящий (бегемот).

Я длинная, холодная,

Хоть сыта, хоть голодная.

Когда сержусь, могу ужалить Я,

Ох, я опасная – (змея).

Я большой, хоть старый, хоть молодой,

Обливаюсь водой,

Я из носа как из лейки.

Ты воды мне не жалея-ка.

Это явь, совсем не сон,

А зовусь я, братцы, - (слон).

Очень стройный и красивый,
С челкой и пушистой гривой.
Плавать может и скакать,
Ест овес, умеет ржать,
Прыгнет в воду и огонь,
Верный человеку – (конь).

Черный фрак, белая манишка.
Не страшны ему злые холода.
В Антарктиде бродит торопыжка.
Не летает, но это не беда.
Крылья – весла,
Чтоб догнать любую рыбу.
В лапах яйца, чтобы вывелся птенец.
Так не смог бы жить ни я, ни ты бы.
Вот как птица?
(Пингвин)
Ты молодец!

«Осенний лес»

Вот полянка, а вокруг (широким жестом руки в стороны)
Липы выстроились в круг (округленные руки сцепить над головой)
Липы кронами шумят (руки вверху, качаем из стороны в сторону)
Ветры в их листве гудят (наклон вперед)
Вниз верхушки прогибают (наклон вперед, покачать туловищем)
И качают их, качают.
После дождика и гроз (выпрямиться, руки поднять)
Липы льют потоки слез (плавно опустить руки, перебирая пальцами)
Каждый листик по слезинке (руки вниз, энергично потрясти кистями)
Должен сбросить на тропинки.
Кап и кап, кап и кап (хлопать в ладоши)
Капли, капли, капли – кап!
До чего же листик слаб (уронить руки).
Он умоется дождем (погладить сначала одну руку, затем другую),
Будет крепнуть с каждым днем (сжать кулачки)

Собираемся друзья,
Медлить нам совсем нельзя!
В путешествие пойдем
И друзей себе найдем.
Дружно за руки берись, друг за другом становись!
Тихо шагом мы идем, руки поднимаем.
Дружно песенку поем, вместе приседаем.
Разогрев (детские песни, трек №1)

В пары встанут малыши,
Наши ручки хороши!
Стенка, стенка,
Потолок,
Два окна, один звонок!

Пиинии (нажимаем на носик, как на звоночек)
(дети в парах друг с другом)

А теперь, мои друзья,
Мы найдем свои места

Звучит музыка, дети бегают, ищут свои места. Музыка выключается, дети встают на свои места.

«Для рук»:

Три сороки
Тараторки
Тараторили на горке
Тараторили на горке
Три сороки
Тараторки
(плюс про апельсин)

Беленькое облако (округлые руки перед собой, пальцы в замок)
Поднялось над крышей (не расцепляя рук, поднять их над головой)
Устремилось облако (выпрямить руки)
Выше, выше, выше (руки вверх).
Ветер это облако (плавные покачивания руками над головой)
Зацепил за кручу (сцепить руки кончиками пальцев над головой)
Превратилось облако (руками описать через стороны вниз большой круг)
В дождевую тучу! (присесть)

Маленькие тучки
По небу плывут,
Хлопают в ладоши,
Радостно живут

(Дети бегают по залу, как маленькие тучки и хлопают в ладоши)

Две веселые овечки
Разрезвились возле речки,
Прыг-скок, прыг-скок (весело прыгаем)
Скачут белые овечки
Рано утром возле речки
Прыг-скок, прыг-скок.
Вверх до неба, вниз до травки,
Вверх до неба, вниз до травки. (встаем на ножки, тянемся вверх, приседаем,
руки вниз).
А потом кружились (кружимся)
И в речку свалились (падаем). (Упражнение выполняем по тексту).

Просидели вечер мы,
Побежим на свет луны,
Будем прыгать, веселиться,
И на мельнице крутиться
(ритм постепенно ускоряется)
Мельница, мельница мелет муку (крутим руками «мельницу»)
Дует-дует ветер сильный (плавно машем руками над головой из стороны в сторону)

Быстрее мельница мелет муку,
Дует-дует ветер сильнее,
Намолоти мы муки (стучим кулаком об кулак)
Огромные мешки (изображаем большие мешки)
Из муки, из муки (хлопаем ладошками с переворотом, изображая пирожки),
Напекли мы пирожки,
Ладушки-ладушки (хлопаем)
Наши оладушки
(по группам: 1-е ветер, 2-е мельницы, потом все вместе)

«Веселое путешествие»

(Дети строятся в паровоз, кладут руки на плечи впереди стоящему и «едут»)

Паровоз, паровоз
Новенький блестящий,
Он вагоны повез
Будто настоящий.
Кто едет в поезде?
Плюшевые мишки,
Зайцы пушистые,
Кошки да мартышки.
Вот какой паровоз
К празднику купили,
Вот какой паровоз
Детям подарили.
Дальняя, дальняя,
Дальняя дорога,
Вдоль нашей комнаты
Прямо до порога.
Чух-чух-чух-чух.

Встанем, деточки, в кружок,
И получится лужок.
По нему пойдем гулять,
Разны травки собирать.
(музыка)

Сели-встали, сели-встали
Ножками потопали,
Каблучками постучали,
А потом потопали.
Ручки-ручки танцевали
Покружились
Покружились,
И головкой поклонились

По диагонали:

Большие ноги шли по дороге, (большой, широкий шаг)
Маленькие ножки бежали по дорожке, (короткий шаг)
По ровненькой дорожке, (шаги « утюжки»)
По ровненькой дорожке, (шаги « утюжки»)
Шагают наши ножки (шаги « марш»)

Раз-два, раз-два (шаги «марш»)
По камешкам, по камешкам, (на полу-пальцах)
По камешкам, по камешкам. (на полу-пальцах)
Раз-два.

Упражнение для плеч.

Тита-тита-тита-та
Вышла кошка за кота,
За Кота Котовича,
За Петра Петровича.
За котом не худо жить,
Ему портков не надо шить,
Для Кота Котовича,
Для Петра Петровича.

Все захлопали в ладошки
Дружно, веселее.
Застучали наши ножки
Громче и быстрее
По коленочкам ударили
Тише, тише, тише.
Ручки, ручки поднимаем
Выше, выше, выше.
Завертелись наши ручки,
Снова опустились,
Покружились, покружились,

И остановились.

(Дети выполняют все движения согласно тексту)

Самолеты загудели (руки в стороны, наклоны влево и вправо)
Самолеты полетели (вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)
На полянку тихо сели (присесть, руки к коленям)
Да и снова полетели (летим по кругу вокруг себя)
У-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у
(Летим по залу, трек № 054 «кто же такие птички»)

Раз, два, три
Место ты свое займи.

Закружились, завертелись (покругиться на месте)
Белые снежинки,
Вверх взлетели белой стаей (поднять руки)
Мягкие пушинки (покругиться на носках).
Чуть затихла злая вьюга (опустить руки, встать прямо)
Улеглись повсюду (присесть, руки к полу)
Заблестали, словно жемчуг (встать, руки вперед).
Все дивятся чуду (развести руки в стороны)
Зайскрились, засверкали (руками «ножницы»)
Белые подружки,

Заспешили на прогулку (шаги на месте)
Дети и старушки.
(сначала со стихотворением, а затем движение под музыку)

Приложение 3

Танцевальные движения №1

Мы на карусели сели,
Завертелись карусели.
Пересели на качели,
Вверх летели (встали, потянулись вверх)
Вниз летели (присели на корточки)
Вверх летели,
Вниз летели.
А теперь с тобой вдвоем (изображаем, как на лодке плывем)
Мы на лодочке плывем.
Ветер по морю гуляет (машем вытянутыми вверх руками),
Нашу лодочку качает (руки на пояс, покачать всем телом)

Танцевальные движения №2

Чок-чок каблучок, (потопать ножками)
В танце кружится сверчок, (покружиться)
А кузнечик без ошибки (играем на скрипке)
Исполняет вальс на скрипке,
Крылья бабочки мелькают. (машем руками как крыльями)
С муравьем она порхает, (кружимся на подскоках)
Приседает в реверансе, (поклон)
И опять кружится в танце. (покружиться)
Под веселый гопачок
Лихо пляшет паучок.
Звонко хлопают ладошки. (хлопаем в ладоши)
Всё! Устали наши ножки (сесть или наклониться вперед, руки свесить вниз).

Упражнение на ритмические рисунки: «Дождь»

(вместе стучим кулачками по полу и ходим топаем)

Тихий-тихий дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный ливень кап-кап-кап.
Гром! Гром! (хлопаем)
В небе молния блестит! (руки вверх)
(на динамические оттенки – громко-тихо, быстро-медленно)
Вы ребята не устали? (НЕТ)
Дружно тучку мы прогнали? (ДА)
На полянке сядем мы,
Переждем до темноты

Упражнение - хлопущка.

Комар баню топил, Блоха парилась, В бане блоха парилась Об потолок ударилась. Ой-ой-ой, не могу	Потяните за ногу, Запрягите два кота, Да я поеду до попа. Я попу все расскажу Да белу ручку пока
---	--

Партерная гимнастика

Партерная гимнастика – это комплекс специально подобранных физических упражнений, основной особенностью которых является то, что они выполняются на полу. То есть партерная гимнастика включает в себя различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, что обеспечивает отсутствие компрессионной нагрузки на суставы. Упражнения могут быть как активные, так и пассивные, статические и динамические, комбинированные и т.п.

Бабочка

Способствует усилению внутриполостного давления, а значит, воздействует на органы брюшной полости. Помимо этого идет стимуляция действий подкожных нервов. Дети садятся в позицию «прямого угла», но ноги уже согнуты в коленях, стопы сведены вместе. Затем колени разводятся в стороны, а стопы ног обхватываются руками, спина должна быть прямой. Нужно как можно ниже опустить колени и в таком положении задержаться на некоторое время, и вернуться в прежнюю позицию. Движения должны быть динамичными, дыхание при выполнении произвольное.

Змея

Это упражнение направлено на растяжку прямых мышц брюшного пресса, способствует повышению внутриполостного давления, в результате чего, повышается приток крови. Это дает возможность в наибольшей степени обогатить все органы питательными веществами и кислородом. Выполняемые движения помогают побороть скованность и деформацию позвоночника. Очень полезны они для миндалин: отгибание головы во время упражнения увеличивает поступление к ним крови, что делает их более устойчивыми к простудным заболеваниям, ангине. Детям нужно лечь животом на пол, ноги свести вместе, а руками в области груди упереться в пол. Затем в достаточно медленном темпе «сделать змейку»: подняться на руках, затем поднять голову, и только после этого подать вперед грудь, живот должен лежать на полу. В таком положении ребенок должен прогнуться, насколько сможет, запрокинув немного назад голову и зафиксировать позицию. Возвращаться в исходное положение надо медленно. Вдох важно делать в первой фазе упражнения, а выдох на второй.

Лягушка

Две руки вверх, пальцы на руках вместе, с выдохом наклоняемся вперед, стараемся живот прижать к полу и коленками коснуться пола.

Складочка

Тянемся за руками вверх и с выдохом наклон вперед, касаемся головой колен, затем за носки поднимаем пятки от пола, выпрямляя спину, и с выдохом опускаемся обратно в складочку, разводя стопы по первой позиции, и головой касаемся ног.

Книжечка

Наклон вперед, ноги врозь: работаем над выворотностью паховых связок, следим за прямыми коленями и натянутыми носками.

Кузнечик

Дети опускаются на спину через локти и растягивают переднюю поверхность бедра. Поочередно выпрямляя правую ногу и притягивая руками к себе, затем левую ногу. Упражнение «кузнечик по первой позиции»: работаем над выворотностью стопы. Опускаемся на спину, и после растяжки делаем махи поочередно меняя ноги.

Кобра

Лежа на животе, поднимаем корпус, опираясь на руки, кисти рук под плечами, гнемся назад, стараемся размять спину.

Колечко

Лежа на коврике, поднимаемся на руки, сгибаем ноги в голени и касаемся носочками головы.

Корзиночка

Сгибая голень, беремся за носки и вытягиваемся вверх, стараясь при этом максимально вытянуть колени.

Коробочка

Стоя на коленях, делаем прогиб назад, беремся руками за пятки и опускаемся головой как можно ниже, при этом работая над гибкостью.

Кошка – собачка

Для того чтобы отдохнула спина от упражнения на гибкость. Стоя на коленях, две руки вверх, делаем наклоны назад, касаясь руками пола, и возвращаемся в исходное положение.

Мостик

Из положения лежа дети учатся подниматься в мостик и раскачиваются в нем, развивая гибкость в спине и плечевом суставе.

Неваляшка

Развивает координацию движений. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются то на правый, то на левый бок.

Фасолинки

Развивает координацию движений в пространстве. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются на один бок, на живот, на другой бок, передвигаясь по полу, как фасолинки.

Лодочка

Развивает вестибулярный аппарат. Дети сидят на полу, согнув ноги и разведя их в разные стороны, перекатываясь то на правое, то на левое бедро, имитируя движения долки.

Дождик

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

Большие и маленькие дома

Дети лежат на спине, подняв руки за голову, тянут руки в одну сторону, руки в другую, имитируя большие дома, затем подтянув к себе согнутые в коленях ноги, имитируют маленькие дома.

Серия упражнений для мышц спины

Рыбка

И.п." - лежа на животе, руки вытянуты вперед.

1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.

2 - принять исходное положение.

Морская звезда

И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед.

1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.

2 - развести руки в стороны, ноги врозь.

3 - руки вперед, ноги вместе.

4 - принять исходное положение.

Кораблик

И.п. - лежа на животе, руки сзади, пальцы переплести.

1 - поднять голову, плечи, прогнуться, руки назад.

2-7 - держать.

8 - принять исходное положение.

Плавание брассом

И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед.

1 - поднять голову, верхнюю часть туловища руки.

2-7 - движения руками, имитирующие плавание брассом.

8 - принять исходное положение.

Ныряльщики за жемчугом

И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед ладони вместе.

1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.

2-7 - попеременные движения ногами вверх-вниз.

8 - принять исходное положение.

Серия упражнений для укрепления мышц брюшного пресса

Русалочка

И.п. - стоя на коленях, руки в стороны.

1-2 - сесть на правое бедро, правую руку дугой" вниз - влево.

3-4 - принять исходное положение.

5-8 - то же в другую сторону.

Катамаран

И.п. - сидя, руки в упоре сзади, ноги слегка приподнять.

1-16- имитировать нажимания" ногами на педали.

Медуза

И.п. - лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны - вверх."

1 - группировка лежа на спине: ноги согнуть, обхватить голени руками, голову поднять ("когда начинается шторм, медузы сжимаются в комочек и опускаются на дно").

2-3 - держать.

4 - принять исходное положение ("когда шторм прекращается, медузы всплывают на поверхность").

Кальмар

И.п. - сидя, руки в упоре сзади.

1 - согнуть ноги, притягивая колени к груди.

2 - разогнуть ноги в стороны - вверх.

3 - ноги вместе.

4 - принять исходное положение.

Кит

И.п. - лежа на спине, руки к плечам.

1-2 - сесть, руки вверх.

3-6 - потрясти расслабленно кистями ("кит пускает фонтан").

7-8 - принять исходное положение.

Сюжетно-образные танцы

/Ниже приведены описания некоторых сюжетно-образных танцев/

Танец «Рыбачок»

Песня «Любитель-рыболов» (в исп. Детского хора)

	И.п. – сидя по-турецки, лицом в круг
<i>Вступление</i>	«закидывают удочку»
<i>1 куплет</i>	сидя с вытянутыми руками («держат удочку»), слегка раскачиваются в такт музыке
<i>Припев</i>	И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.
На слова «тра-ля-ля»	ударяют носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу) – 8 раз.
На повторение музыки	то же другой ногой Возвращаются в И.п.
<i>2 куплет</i>	И.п. – сидя по-турецки, руки на затылке
1 фраза	наклон вправо, достать правым локтем правое колено (один раз) – выпрямиться
2 фраза	то же влево
3-4 фразы	наклон вперед, достать локтями пол и выпрямиться – 2 раза
<i>Припев</i>	те же движения, что в припеве
<i>3 куплет</i>	И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.
1-2 фразы	поочередно вытягивать носки вперед
3-4 фразы	одновременно вытягивать носки вперед
<i>Припев:</i>	движения, соответственно, повторяются
<i>Проигрыш</i>	И.п. – сидя на полу, ноги вместе
	Имитация гребли на лодке
На слова «Вся рыба расплывается»	сесть, руки в упор
На последний такт (слова «тра-ля»)	лечь на спину

Танец "Бибика"
Песня «Бибика» (группа «Волшебники двора»)

<p>Проигрыш</p> <p>Едем! Едем! Июньскими тёплыми днями и в мае, и в сентябре Встречаюсь я снова с друзьями в песочнице, во дворе Кто с куклой, а кто с пистолетом, а кто-то приносит слона А я вам скажу по секрету, бибика – игрушка моя! Едем, едем!</p>	<p>На вступление – «выезжаем» и перестраиваемся по своим местам Правой рукой сверху вниз Шаг влево кольцо вверх, также вправо 2 раза поворот и наклон влево, также вправо присесть, обруч положить сидя руки под подбородок выпрыгнуть – ноги врозь, руки вверх-в стороны руки вперед пистолетиком, поворот вокруг себя руки за голову сводить локти 3 раза наклон вперед, руки возле рта сесть взять обруч вытянуть обруч вперед притянуть кольцо к себе выпрыгнуть и правой рукой сделать сверху вниз</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем!Едем!</p>	<p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя Правой рукой сверху вниз</p>
<p>В солдатики я не играю, не нужен мне велосипед! Бибику свою я катаю, бибика моя лучше всех! А ночью, когда засыпаю, пускай мне приснится – ХАЙВЕЙ И мама бибику поставит, в гараж под кроватью моей! Едем, едем!</p>	<p>Поднимаем прямую левую, затем правую ногу 2 раза сесть, левую согнуть правую ногу вытянуть вперед выпрямить левую ногу, делать наклоны вперед 4 раза сгруппироваться лечь вперед, кольцо перед собой выпрыгнуть, руки с кольцом вверх, ноги врозь наклон вниз, заведения обруча за ноги 3 раза выпрыгнуть обруч перед собой рукой сверху вниз</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет</p>	<p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем, едем!</p> <p>Проигрыш</p>	<p>Перестраиваемся в две колонны и движемся противходом в обход зала в конце на середине встречаемся, идем парами вперед рукой сверху вниз</p> <p>продолжаем двигаться вперед и на месте кладем внутреннюю руку на плечо впереди стоящему, внешняя рука с кольцом вниз,</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.</p>	<p>Расходимся на два малых круга и снова встречаемся по середине, едем вперед двумя колоннами и</p>

Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!	становимся на свои места
Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем! Едем! Би-БИ!	Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение кольцом справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя рукой сверху вниз В конце с прыжком руки с кольцом вверх

Танец «Тучка»
Песня «Виноватая тучка»

<p>Злую тучку наказали Ты плохая, ей сказали. И она заплакала, Да кап-кап-кап закапала. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Мыши сразу задрожали. Мыши в норы побежали. Полетели птицы вниз, Да птицы сели на карниз. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Пес по имени Барбос Струсил не на шутку. Еле ноги он унес В свою собачью будку. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Ну а мы с тобой не тужим, Босиком бежим по лужам. Брызги прямо ввысь летят С тучею встречаются. А потом они назад Да с неба возвращаются Припев Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Тучку бедную простили, Тучку с миром отпустили. Тучка плакать перестала,</p>	<p>Грозят указательным пальчиком правой руки, а левая рука – на поясе Кулачками «трут глазки». Локоточки разведены в стороны.</p> <p>3 хлопка Встряхиваем кистями рук перед глазками. 3 хлопка Встряхиваем кистями рук перед глазками. Имитируют движения мышечек-трусишек</p> <p>Взмахивают ручками-крыльями через стороны вверх-вниз, одновременно пружиня колени. Присели («Плие»)</p> <p>Движения те же</p> <p>Имитируют движения собачки, виляющей хвостиком. Кружатся на «дробном шаге» вокруг себя.</p> <p>Движения те же</p> <p>«Легким бегом» двигают по кругу против часовой стрелки.</p> <p>Идут врассыпную на свои места.</p> <p>«Пружинка» с поворотом вправо, одновременно раскрывая руки в стороны Те же движения влево. Обе ручки выполняют мягкий взмах от себя. Ручки раскрыты в стороны, мягкие пружинки вправо-влево</p>
---	--

А потом совсем пропала. Припев: Кап-кап-кап дождик прошел Кап-кап-кап дождик прошел Кап, как, кап.	3 взмаха кистями рук перед собой Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево 3 взмаха кистями рук перед собой Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево Наклон головы вправо-влево -вперёд.
---	--

Танец «Ромашка» Песня «Ромашка»

Вступление: дети стоят тройками, взявшись за руки в маленьких кружочках (девочка и два мальчика)

1. Научила на ромашке меня бабушка гадать,

Это очень интересно лепесточки отрывать. (идут тройками по кружочкам, взявшись за руки)

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять! (отходят назад, расширяя кружки – качают головой)

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (подходят – хлопают в ладошки)

Проигрыш: (повторяют движения припева или кружатся по одному - руки "полочкой")

2. Целый день сижу гадаю, даже некогда играть. (девочки делают свой кружочек, в центре зала, идут по кружочку)

Но теперь я про Серёжку всё-всё-всё могу сказать! (мальчики делают ладушки между собой)

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики присели, девочки обходят мальчиков, грозя пальчиком)

Проигрыш: (девочки становятся в середину «лодочки» между мальчиков, качают головой - мальчики идут вокруг девочки)

3. Только кончились ромашки, разлетелись лепестки (Идут тройками по кругу)

Завтра всё начну сначала – берегитесь женихи!

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики хлопают, девочки кружатся)

Припев: Мальчики, взявшись за руки делают окошко для девочки - девочка выглядывает в него, пальчик к щеке, качая головой

Танец «Барбарики»

Песня «Мы друзья» гр. «Барбарики»

Вступление – дети выбегают подскоками в "свою" шеренгу, на "свое" место (четвертая и вторая шеренга) выполняют прыжки с хлопками над головой, в конце фразы – «твист», приседая; выбегают дети из 3 и 1 и все – прыжки и «твист»; (4 шеренги по бчел. в каждой или 3шеренги по 6 чел.).

А "...Если друг не смеется" - **1и 3** шеренги выполняют полуприседание, **опуская** чуть разведенные прямые руки, пальцы в стороны; **2и 4 - поднимают** прямые руки в стороны вверх, пальцы разведены; (**«звёзды мигают»**)

"...Ты включи ему солнце" - поменялись движениями, т.е. те, кто поднимал руки вверх – опускают с «пружинкой», а другие поднимают; до конца 2фр.

"...Ты, исправь ошибку,..." - ногу ставят на пятку, руками показывают "нос", опускают руки вниз и приставляют ногу (**1и3** шеренги **вправо**; **2и4 - влево**; затем поменяться движениями и до конца 4фр.

Б «...Воскресенье, суббота» - кружатся «лодочкой» со «своей» парой подскоками и возвращаются в **И.П.**

С «...Есть друзья – развести поочередно пр. и л. руки в стороны;

«...А для них» - обе руки прижать к груди и развести в стороны;

«...У друзей нет выходных» - кружатся вокруг себя и в конце – «твист», приседая;
А «..Если свалится счастье» - каждая шеренга образует кружок и двигаются подскоками, взявшись за руки (в 4 углах зала);
Б – кружатся подскоками парой; с окончанием музыки останавливаются лицом в круг;
С – то же в «своем» кругу;
Д – «..Если каждый друг по кругу – перестраиваются в общий круг и идут в ритме музыки, взявшись за руки;
Б – кружатся со «своей» парой в общем кругу;
С – то же в общем кругу;
Заключение – перестраиваются в «свою» шеренгу, прыжки с хлопками и «твист»; в конце все поднимают «раскрытые» руки вверх.

Танец «Гномики» Детская студия «Дельфин»

ВСТУПЛЕНИЕ– сидят на полу в один ряд, «чинят» и «шьют» игрушки.

I КУПЛЕТ:

«Есть на свете гномики...» - двигаются поскаками вперед , руки на поясе.

«Строят они домики...» - продолжают движение «топотушками» к своим местам (три или четыре ряда в «шахматном» порядке)

«Под землей они живут...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню), приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ:

«Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед)

«Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку(спина прямая), перетоп (наклоняются вперед)

«Приходите в мой дом...» - кружатся поскаками, взяв правой рукой кончик колпачка

II КУПЛЕТ:

« Нарядилась гномиком...» - двигаются поскаками по кругу и возвращаются на свои места

«Я надена колпачок...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню),приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ:

«Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед)

«Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку(спина прямая), перетоп (наклоняются вперед)

«Приходите в мой дом...» - кружатся поскаками, взяв правой рукой кончик колпачка

ПРОИГРЫШ - перестраиваются в шеренгу – по росту друг за другом, руки согнуты в локтях, кулачки сжаты.

III КУПЛЕТ –

«Где же, где же гномики, гномики, гномики...» - наклоняются в стороны (1,3,5.... – направо 2,4,6...-налево), одновременно выпрямляя руки и разжимая кулачки. Возвращаются в исходную позицию. Повторяют движения в другую сторону (1,3,5...-налево; 2,4,6...- направо). Возвращаются в исходную позицию.

«Я накрыла столики, столики, столики...» - повторение движений

«Угощу я их печеньем и малиновым вареньем...» - поскаками двигаются по кругу занимают свои места в «шахматном» порядке

ПРИПЕВ - повтор движений

ПРОИГРЫШ - двигаются поскаками по кругу

ПРИПЕВ – повтор движений

ПРОИГРЫШ – двигаясь поскоками по кругу, разбирают игрушки и садятся на пол в один ряд. «Чинят» и «шьют» игрушки. Встают и кланяются.

"У леса на опушке"

Дети стоят по залу в рассыпную

У леса на опушке жила зима в избушке – правую ногу в сторону на пятку, наклон корпуса к ноге, руками «распашонка», то же к др. ноге

Она снежки солила, в березовой кадушке – перед собой «лепят» снежки

Она сучила пряжу, она ткала холсты- моторчик вправо, влево.

Ковала ледяные да над реками мосты – руки в стороны, затем хлопок над головой 4 р.

Припев:

Потолок ледяной- руки на поясе, 2 шага вправо

Дверь скрипучая- 2 шага влево

За шершавой стеной тьма колючая- ладошка к ладошке, «шуршим» у одного ушка, затем у другого

Как шагнешь за порог- руки на поясе, 2 шага вправо

Всюду иней-2 шага влево

А из окон парок синий- синий- покружились вокруг себя.

На быструю часть припева- то же самое, только по 1 шагу в стороны.

2 куплет- движения из 1 куплета, припев- тот же.

В конце взяли за руки все, бегут по залу змейкой.

Танец «Дикари»

(музыка В. Шаинского, слова М.Львовского из кинофильма «Завтрак на траве»)

Участвует любое количество детей.

Вступление: Дети встают по залу в шахматном порядке.

1 куплет. Между нами... прыжок вверх с одновременным выбрасывания рук и ног в разные стороны

Дикарями говоря... «бьют» себя по груди кулаками в ритм музыке

Спать в кроватях... снова прыжок с выбрасыванием рук и ног

Только тратить время зря...поворачиваются вокруг себя широко расставив ноги, раскачиваясь из стороны в сторону («неваляшки»)

Нам под крышей...руки резко поднять вверх, посмотреть наверх

Плохо спиться... присесть, постучать кулаками по полу

Надо братцы ...перестраиваются в 2 линии лицом к зрителям

Припев: и у края пропасти... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит и тоже «всматриваются вдаль»

И у тигров пасти... первая линия всматривается вдаль, беря «под козырек», вторая приседает

Не теряйте бодрости... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит и тоже «всматриваются вдаль»

И верьте в счастье...прыжок вверх , руки вверх, ноги в стороны

Проигрыш: перестраиваются в круг, идут по кругу, изображая движение «кукарача» в конце снова выстраиваются в 2 линии лицом к зрителям

Повтор припева: тот же

Проигрыш: образуют круг, садятся «по-турецки», лицом в круг

2 куплет: Между нами... ритмично выбрасывают руки вверх, смотрят на них

Дикарями говоря... стучат кулаками об пол
 Захотелось... снова руки вверх
 Антрекота в сухарях... стучат кулаками об пол
 Жизнь лесная ... снова руки вверх
 Развивает аппетит... стучат кулаками об пол
 Хоть клубникой... снова руки вверх
 Припев: все дети наклоняются вперед, руки сложены вместе и вытянуты вперед (поклоняются вождю), солист танца выходит в середину круга и танцует любые движения
 3 куплет: не пугают... все дети поднимаются и двигаются ритмично по кругу друг за другом, движение «кукарача»
 И в июле... начинают перестроение и выстраиваются в шахматном порядке, лицом к зрителям
 Припев: и у края... ритмичное выбрасывание рук поочередно вверх, при этом пританцовывая
 И верьте в счастье... прыжок вверх, руки-ноги в стороны
 Поклон.

Танец «Чико-Нико»

<p>• 1 куплет. Нет, нет, нет, такого быть не может:</p> <p>Слон не может быть на ежика похожим.</p> <p>Не умеет наша кошка лаять.</p> <p>Прошлогодний снег не может летом таять.</p> <p>• 2 куплет. Стать не может девочка мальчишкой, В гости не придет к тебе герой из книжки. Трижды три, конечно, не четыре. Не играть хоккеем вам в собственной квартире.</p> <p>• Припев. Может быть, может и такое тоже, Если смешинку другу подарить. Может быть, может день с утра погожий. Эти слова проговорить. Луна-Пама, Луна-Пама, раз, два, три. Чико-Нико, Чико-Нико, повтори.</p> <p>• 3 куплет. Нет, не может стать квадратным мячик. Не устроить вам ночей плохо ... Не растут будильники на грядке. Быть не может вечером утренней зарядке.</p>	<p>• 1 куплет. указательный палец правой руки прямой, а другие пальцы сжаты в кулак. Правая рука согнута в локте – движения вправо и влево. 2 строка: руки поднимаем вверх – встаем на носочки, а затем приседаем – руки опускаются вниз. 3 строка: мягкие движения кистями (лапки кошки). 4 строка: ноги идут на узенькой дорожке, руки одновременно идут вправо, затем влево.</p> <p>• 2 куплет. «пружинка». грозим пальчиком. «пружинка». грозим пальчиком.</p> <p>• Припев. хлопки. руки поднимаем вверх. хлопки. руки поднимаем вверх. «моторчик» вправо – 2 раза, затем влево – 2 раза. На 3 счета – хлопки перед собой.</p> <p>• Проигрыш. Идем подскоками по кругу.</p> <p>• 3 куплет. Идем в центр круга подскоками – руки над головой одновременно вправо – влево. Затем назад также.</p> <p>• Припев (повторение). • Проигрыш. Идем подскоками по кругу. • Припев (повторение).</p>
--	--

Музыкальные игры

«Зеркало»

Дети стоят в парах лицом друг к другу. Один из них. Показывает движения, другой их повторяет как отражение в зеркале.

Игра с тем же содержанием может называться «Обезьянки».

«Чудо-юдо»

Дети присаживаются, опускают голову и обхватывают руками колени, изображая таинственный кокон. Под музыку из коконов начинают появляться фантастические обитатели других планет.

«Насос»

Играющие располагаются по кругу. Дети приседают и превращаются в ненадутые резиновые игрушки, каждый задумывает про себя свой будущий образ. В центре взрослый или ребенок. Он начинает «надувать» игрушки, изображая «насос» и произнося звук «Ш». Дети постепенно поднимаются и изображают задуманную игрушку.

Вариант. Можно играть в парах, меняясь ролями. Сначала один придумывает фигуру, потом другой.

«Мокрые котята»

Дети изображают промокших под дождем котят, которые лежат на ковре, «свернувшись клубочком». После дождя котята вытягивают лапки, стряхивают капельки, выгибают спинку, умываются, греются, веселятся.

«Снеговик»

Дети стоят враспышную: ноги широко расставлены, руки на поясе, тело напряжено, спина прямая, осанка горделивая. Играющие изображают «толстых» снеговиков. Под словесные указания взрослого: «Выглянуло солнце, стаю пригревать, снежок стал таять» — «снеговики» постепенно расслабляют мышцы, начинают «оседать», «таять», опуская голову, плечи, руки по очереди. В конце опускаются на пол, превращаясь в «лужицу».

«Снежинки-ручейки»

Игра развивает ориентировку в пространстве, пластику движений. Сопровождается нежным звучанием колокольчиков или металлофона. Все действия выполняются по словесному указанию взрослого.

«Снегопад»

Дети-«снежинки» плавно кружатся по илу. Руки разведены в стороны — это лучики снежинок, их нельзя «сломать», снежинки очень хрупкие. Замирают звуки металлофона — дети застывают в красивой позе или опускаются на одно колено.

Выглянуло солнышко и растопило снежинки (глиссандо). Снежинки тают и превращаются в капельки. Дети опускают руки вниз, округляют их, изображая капельку. Капельки стекают в ручеек. Ручейков может быть несколько. Дети встают друг за другом паровозиком и двигаются под музыку в разных направлениях. Ручейки стекают в лужицы. Дети из «паровозиков» перестраиваются в кружочки и двигаются по кругу, держась за руки. Эти лужицы стекают в озеро. Кружочки объединяются в один большой круг, дети приседают с окончанием музыки.

По желанию педагога капельки испаряются, поднимаются в Облачко, там превращаются в снежинок и, снова кружась, надают на землю. Игра повторяется сначала.

«Прекрасные цветы»

Дети располагаются враспынную по залу, изображая бутоны, из которых с началом музыки начинают «распускаться прекрасные цветы». Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике. Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть; дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождиком снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой. Роли Солнышка и Дождика могут исполнять дети.

«Зернышко»

Дети изображают зернышко, которое, прорастая, превращается в растение или дерево. Каждый ребенок придумывает, во что он будет превращаться. Характерные особенности этого растения или дерева должны отразиться в жесте, позе, движении, мимике. Например: ель — ветки вниз, тополь — вверх, ива — руки расслаблены, кактус — пальцы растопырены.

«Карнавал животных»

Под музыку Сен-Санса «Карнавал животных» дети должны изобразить характерные движения тех персонажей, о которых рассказывает произведение. Можно использовать наиболее образные фрагменты сюиты: «Куры и петухи», «Слоны», «Кенгуру», «Аквариум», «Королевский марш львов», «Лебедь».

«Цыплята»

Для танцевальной миниатюры используется музыка из сюиты М. П. Мусоргского «Картинки с выставки» — «Балет невылупившихся птенцов». Дети изображают птенчиков, которые постепенно появляются из скорлупок, отряхиваются, чистят перышки, учатся ходить, радуются, знакомятся, танцуют.

«Магазин игрушек»

Дети изображают какую-нибудь игрушку, принимая для этого необходимую позу. Из числа играющих выбирается продавец, который «заводит» игрушки, и покупатель, который пришел в магазин подобрать подарок. Задача покупателя: по движениям, мимике, жестам угадать образ задуманной ребенком игрушки.

«Марионетки»

Дети изображают кукол-марионеток и по сигналу должны принять любую позу. Необходимо обратить внимание детей на то, что в движении участвуют все части тела.

«Передай настроение»

По просьбе взрослого дети изображают: походку бабушки, движения веселого клоуна, задумчивого или рассеянного человека, радостно бегущего к маме ребенка, походку малыша, который учится ходить, походку осторожного охотника. Вариант. Чтобы детям было интересней, можно приготовить карточки, на которых изображены сказочные герои: Буратино, Мальвина, Винни-Пух и так далее. Дети изображают данного персонажа.

«Ниточка с иголочкой»

Дети становятся по кругу. Считалкой выбирают из играющих «иголочку», «ниточку» и «узелок», которые выходят и круг. В это время остальные берутся за руки и поднимают их вверх воротиками. По сигналу «иголочка», «ниточка» и «узелок» начинают бегать между

детьми. При этом «иглолочка» старается запутать «ниточку» с «узелком».
Когда дети освоятся, «ниточку» можно «удлинить», выбрав трех и более детей.
Игру можно проводить, сопровождая движения текстом:
Игла-барыня, княгиня.
Весь мир нарядила.
Нарядила, обшила,
Сама раздетая ходила.
Она тонка, да длинна,
Одноуха, да остра,
Одноуха, да остра,
Всеми миру красна.
Хвостик нитяной
Тянет, тянет за собой.
Сквозь холст он проходит,
Узелок себе находит.

«Мы едем, едем, едем»

Дети строятся в колонну «паровозиком», кладут руки друг другу на плечи. Под текст (замедляя и ускоряя его произношение) двигаются дробным топающим шагом. С окончанием текста «выходят из вагончиков» и собирают цветы или осенние листочки. По сигналу снова занимают места в вагончиках.

Чух, чух, пыхчу.
Пыхчу, ворчу.
Стоять на месте
Не хочу.
Колесами стучу, верчу —
Садись скорее,
Прокачу! Чух! Чух!

Танец-игра "Лавата"

В припеве дети ходят по кругу взявшись за руки и напевают:

Дружно танцуем мы - тра-та-та, тра-та-та -
Танец веселый наш, это Лавата.

Своеобразным запевом являются слова ведущего, например: "У меня ушки хороши, а у соседа лучше!" В этом случае дети ходят хороводом, держа друг друга за уши. Каждый раз ведущий дает новое "задание", и дети берут друг друга за локти, колени, плечи, голову и т. д. Чтобы игра состоялась, прикосновения не должны быть грубыми или болезненными для партнеров.

В такт музыке дети вслед за взрослым похлопывают себя, а затем и соседей по плечам, бокам, ногам и т. д. Затем похлопывания упорядочиваются. Направление движения идет по четырем точкам: голова - плечи - бедра - лодыжки. Сначала количество прикосновений к каждой точке равно восьми, в следующем повторении четырем, затем двум и, наконец, одному разу. Это веселое упражнение направлено не только на тактильное взаимодействие, но и на развитие координации движений.

«Завивайся, ниточка, в клубок»

Играющие стоят друг за другом, держась за руки. Ведущий под хороводную музыку ведет детей «змейкой», затем закручивает свою «ниточку» в спираль, потом обратным движением ее раскручивает. Движения сопровождаются текстом:

Завивайся, ниточка, в клубок,
Завивайся, тонкая, в клубок,
Свяжет бабушка хорошенький чулок.

Свяжет бабушка красивенький носок.
Развивайся, ниточка, скорей,
Развивайся, тонкая, скорей,
Свяжет бабушка чулочки подлинней,
Свяжет бабушка носочки попрочней.

«Веселая карусель»

Дети стоят по кругу, держась одной рукой за обруч. Под текст начинают движение, ускоряют, бегут, замедляют и останавливаются.

Завертелись карусели
И помчались с ветерком,
Поначалу еле-еле,
А потом бегом, бегом!
Вот как весело бежать,
Вот как весело играть!
Но пора остановиться
И немного постоять!

«Воронила борона»

Играющие встают двумя шеренгами, образуя угол. Пространство перед каждой шеренгой — это «поле», которое нужно вспахать и проторонить. Одна шеренга движется дробным шагом мимо другой, сопровождая движение скороговоркой: «Воронила борона по боронованному полю». Дойдя до противоположного края, дети останавливаются и разворачиваются. Образуется новый угол. И теперь дробным шагом начинает движение другая шеренга.

«Самолеты»

Педагог называет имена 3-4 детей и предлагает им приготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать.

Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Педагог говорит: "К полету приготовиться. Завести моторы!" Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук "р-р-р". После сигнала педагога "Полетели!" дети разводят руки в стороны (как крылья у самолета) и летят - разбегаются в разные стороны. По сигналу педагога "На посадку!" они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа детей.

«Поезд».

Педагог предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: "Вы будете вагончиками, а я - паровозом". Паровоз дает гудок - и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: "Вот и остановка". Затем паровоз вновь дает гудок - и поезд движется дальше.

Указания к проведению:

Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу". Роль паровоза вначале выполняет педагог или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали. Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну.

