

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ДОНЕЦКИЙ ИНСТИТУТ
ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МАКЕЕВКИ
МАКЕЕВСКОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ №7
ЯСЛИ-САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖЕНО

Протокол заседания Ученого совета
Донецкого института последипломного
педагогического образования
__ ____ 20__ № ____

Приказом Министерства образования и
науки Донецкой Народной Республики
__ ____ 20__ № ____

Программа по ритмопластике

РИТМИЧЕСКИЕ БУСИНКИ

(для детей 3 – 7 лет)

ДОНЕЦК – 2016

*«Одобрено к использованию
в образовательных организациях»
комиссией _____*

Министерства образования и науки ДНР
Протокол № _____

Рецензенты:

1. _____

(Ф.И.О., должность, научная степень, звание, место работы)

2. _____

(Ф.И.О., должность, научная степень, звание, место работы)

Составитель:

Белоконь Елена Людвиговна, музыкальный руководитель
Макеевского дошкольного образовательного учреждения № 7, специалист
высшей категории.

Модифицированная программа «Ритмические бусинки» по ритмопластике для детей дошкольного возраста (3–7 лет) направлена на формирование творческих способностей личности ребенка. Ведущие цели программы - решение оздоровительных задач, развитие умения ребенка творчески выразить себя в танце, двигаться в свободной непринужденной манере, владеть ритмопластикой танца. В программе представлены: пояснительная записка, содержание распределения материала по возрастным группам, критерии оценивания уровней музыкального развития дошкольников. Данная программа может использоваться в группах приоритетного направления (художественно–эстетического развития) и в группах общеобразовательного типа.

Предназначена для музыкальных руководителей, преподавателей ритмики и танца, хореографов, воспитателей, студентов и преподавателей педагогических образовательных учреждений, которые готовят специалистов по музыкальному воспитанию и развитию дошкольников.

Авторы (составители)

Белоконь Елена Людвиговна, музыкальный руководитель
Макеевского дошкольного образовательного учреждения № 7, специалист
высшей категории

Рецензенты: _____ (теоретик)

(Ф.И.О., должность, ученая степень, педагогическое звание, категория)

_____ (практик)

(Ф.И.О., должность, ученая степень, педагогическое звание, категория)

Утверждено педагогическим советом МДОУ

(протокол № 2 от " 01 " декабря 2015)

Заведующий

М.П.

(подпись)

А.Э. Соловцева

(Ф.И.О. заведующего)

Согласовано с методическим центром (кабинетом)

Директор (заведующий)

М.П.

(подпись)

Е.В. Разумова

Научно-методическая экспертиза ИППО:

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Модифицированная программа по ритмопластике для детей дошкольного возраста «Разноцветные бусинки» составлена и разработана с учетом реализации Государственного образовательного стандарта дошкольного образования, «Типовой образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», сост. Арутюнян Л.Н., Сипачева Е.В., Губанова Н.В., Бридько Г.Ф., Котова Л.Н., Невольник Н.И., Голяева Т.В., Горбачева Л.В., Липанова Е.И.; ДИППО. – Донецк: Истоки, 2015, на основе программ и пособий: Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика», Суворовой Т.И. «Танцевальная ритмика для детей», Березова Г.О. «Хореографическая работа с дошкольниками», Бриске И.Э. «Ритмика и танец». Предназначена для использования в дошкольных образовательных учреждениях.

Структура программы объединяет специальные методики и технологии в области музыкальной образовательной деятельности дошкольников.

В ряде методических разработок по ритмопластике для дошкольников акцентируется внимание на всестороннем развитии детей в коллективных формах художественно – игровой деятельности.

Полихудожественное воспитание и развитие ритмопластики у дошкольников в музыкальной деятельности рассматривается как основа освоения ребенком окружающего мира и его вхождение в культурную среду общества. Выдвинутая Ж-Э Далькрозом идея развития ритмопластики как средства выразить эмоционально-образное содержание музыки через движение, успешно реализовалась в методических разработках российских педагогов. Особое значение в них уделяется развитию ритмопластики на этапе «до нотного» периода музыкального воспитания. Современные педагоги дополнили систему музыкально-ритмического воспитания авторскими методиками: ритмика для дошкольников (Т.В. Бырченко, Н.А. Ветлугина), художественное движение (О.В. Межецкая), ритмическое самовыражение (А.Ф. Яфальян), творческое музицирование (Т.Э.

Тютюнникова), музыкальная театрализация (К.В. Тарасова). Разработки, связанные с ритмопластическим развитием детей (А.И. Буренина, Е.А. Голова, В.Т. Кудревцев, Г.В. Пахомов, А.М. Петрова, Н.Г. Саркесова), акцентируют внимание на процессе развития творческой и познавательной активности ребенка, его эмоциональной отзывчивости, реализации потребности в движении и музыкально-игровом взаимодействии с окружающими.

Опираясь на вышеизложенное, в данной программе ритмопластика раскрывается, как интегративная способность ребенка к естественным, координационным, выразительным движениям в передаче эмоционально – образного содержания музыки, как проявление своего внутреннего мира в музыкально-двигательном самовыражении и взаимосвязи с окружающим.

Содержание программы направленно на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, свободного и осознанного владения телом. Программа предполагает не только свободу пластики тела, но и свободу эмоционального выражения личности. Развитие творческого потенциала детей средствами ритмопластики, включает в себя комплексное развитие, как коллектива, так и отдельного ребенка путем полихудожественного воспитания.

Программа может быть использована в группах приоритетного направления (художественно – эстетического развития) а так же в группах общеобразовательного типа.

Образовательная область: художественно – эстетическое развитие.

Концепция программы – психологическое раскрепощение детей через освоение собственного тела как выразительного музыкального инструмента.

Сроки реализации программы: 3 года.

Контингент детей: 3-6 лет.

Данная программа по ритмопластике не ограничивает творчества педагога, предполагает наличие у него права на вариативный подбор и

распределение образовательного материала, на использование различных форм работы, средств организации деятельности с детьми разного возраста и индивидуального опыта.

Комплексный подход в образовательном процессе, многожанровый характер деятельности очень важен в дошкольном возрасте. Разнообразные виды ритмики на танцевальной основе, образная партерная гимнастика, национальная хореография, элементы классического и современного танца, свободная пластика, пантомима, игры, импровизация – основа обеспечения гармонического, комплексного характера обучения ритмопластике.

Занимаясь ритмопластикой, дети получают представление о разнообразии движений, которые, особенно на первых порах, являются для них новыми и необычными. Ритмопластическая деятельность детей базируется на огромном арсенале простых движений и упражнений. Программа предусматривает использование не только музыкально-ритмических и имитационных движений, но и различных тренировочных упражнений, растяжек, представленных в сюжетно-игровой форме. Использование на занятиях разноплановых музыкальных произведений, дарит детям мгновения чудесного самовыражения, развивает творческие способности, совершенствует коммуникативные навыки и обогащает эмоциональную сферу. Каждое занятие – это занимательное путешествие, превращение и сказка, это игра и перевоплощение в различные образы. Опыт работы по программе показал её доступность и привлекательность.

Особенность данной программы - комплексное развитие детей средствами музыкально-ритмической и танцевальной деятельности, которая позволяет наиболее полно раскрыть творческий потенциал каждого ребенка.

Актуальность программы.

Дошкольный возраст один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется его личность. В период от трех до семи лет малыш растет и

интенсивно развивается, движение и музыка становятся его потребностью. Следовательно, ритмопластика, с ее доступностью, простотой и эффективностью всесторонне воздействует на развивающуюся личность, обеспечивает ее становление и ориентирует педагога на развитие индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Новизна программы заключается в том, что с помощью интеграции образовательных областей «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие» осуществляется комплексный подход к образованию и творческому развитию дошкольников.

Занятия ритмопластикой способствуют умственному и психическому развитию детей: каждое задание необходимо понять, осознать правила игры, осмыслить свое место в ней, свою роль. Нужно правильно выполнить движение, вовремя включиться в деятельность, наконец, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Следует отметить, что подобная деятельность создает благоприятные условия для формирования у детей партнерских отношений, а также способствует организации сплоченного творческого коллектива.

Бесспорно, воздействие этих занятий на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность.

Так как ритмопластика базируется на ритмике и хореографии, в ее основе лежит умение ребенка управлять своим телом через работу всех мышц. Использование на занятиях по ритмопластике танцевальных композиций, в которых радостное, веселое соседствует с лирическим и спокойным, вырабатывает у детей навык эмоционального регулирования своего состояния, как в момент самого занятия, так и вне его в других формах образовательной деятельности.

Педагогическая целесообразность

Программа способствует обновлению содержания дошкольного образования. Работа по данной программе формирует у дошкольников навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Формы образовательной деятельности, в процессе которых пластика и музыка соединяются в одно целое, помогают раскрыть потенциальные способности ребенка, создают условия для всестороннего развития творческой личности. Они обеспечиваются тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием занятия, правильным отношением к достижениям каждого ребенка.

Цели и задачи:

Цель программы:

Развитие у детей музыкально-пластических способностей, умения выражать внутреннее состояние через внешние физические действия.

Общие задачи программы:

- Создание условий для развития способностей детей.
- Развитие интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала воспитанников.
- Выявление и развитие способных детей.
- Организация полноценной культурно-досуговой деятельности.
- Привитие навыков здорового образа жизни.

Область художественно-эстетического развития:

Задачи музыкального воспитания:

- Развитие музыкального слуха;
- Развитие чувства темпа, ритма, тембра;
- Формирование понятия «динамических оттенков», «мелодии», структуры музыкального произведения;

- Развитие способности эмоционально реагировать на выразительные средства музыки;
- Формирование умения выразить характер музыки через движение;
- Развитие музыкального вкуса при восприятии музыкальных произведений (слушание, анализ, оценка); ознакомление с различными жанрами музыки;
- Формирование ценностного отношения к музыке, как к виду искусства.

Эстетические задачи:

- Формирование чувства прекрасного;
- Знакомство с образцами художественной культуры;
- Открытие красоты и гармонии в окружающем мире;
- Формирование чувства красоты движения, гармонии в музыкальной мелодии.

Область «Физическое развитие»

Физические (пластические) задачи:

- Обогащение двигательного опыта.
- Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем.
- Формирование умения красиво и координационно правильно двигаться под музыку.
- Формирование правильной осанки;
- Развитие форм двигательного аппарата: формирование мышечной массы, силы рук, ног, корпуса.
- Развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности, точности движений;
- Выработка выносливости, подвижности, активности;

Область «Социально-коммуникативное развитие»

Задачи нравственного воспитания:

- Знакомство с правилами поведения на занятиях (в общении с педагогами, другими детьми);
- Привитие культуры поведения и общения.
- Развитие навыков коллективной деятельности;
- Формирование чувства ответственности, сопереживания;
- Формирование понятия дисциплина.

Область «Познавательное развитие»*Задачи творческого воспитания:*

- Развитие памяти, мышления, координации, внимания и эмоционального восприятия детей;
- Формирование понятийного аппарата;
- Задачи интеллектуального воспитания:
- Развитие фантазии, воображения;
- Активизация деятельности детей через систему творческих заданий, игровых упражнений;
- Развитие навыков творческой импровизации.

Сроки реализации программы

Программа по ритмопластике рассчитана на четыре года обучения с учетом двух коллективных (групповых) занятий в неделю. Образовательный процесс предусматривает массовое приобщение дошкольников к искусству движения под музыку и формирование у них начальных танцевально-хореографических умений и навыков.

Возраст детей первого года обучения 3-4 года, занятия проводятся два раза в неделю 15-20 минут.

Возраст детей второго года обучения 4 - 5 лет, занятия проводятся два раза в неделю 20 - 25 минут.

Возраст детей третьего года обучения 5 – 6 лет, занятия проводятся два раза в неделю 25-30 минут.

Возраст детей четвертого года обучения 6 – 7 лет, занятия проводятся два раза в неделю 30 - 35 минут.

Принципы программы

Поставленные цели и задачи определяют построение образовательного процесса в соответствии с определёнными принципами, которые учитывают особенности детей дошкольного возраста.

Программа по ритмопластике разработана с учётом принципов: систематичности, психологической комфортности, учёта возрастных особенностей, деятельностного подхода к развитию детей и ориентирована на развитие творческой личности ребёнка.

Принципы отбора содержания и реализации программы соответствуют основным принципам дидактики:

1. Принцип оздоровительной направленности, согласно которому педагог несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, создает оптимальные условия для чередования двигательной и творческой деятельности детей.

2. Принцип индивидуальности позволяет создать гибкий и охранный режим в процессе двигательной деятельности, учитывает индивидуальные особенности каждого ребенка, уровень его здоровья, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность.

3. Принцип гуманизации и демократизации позволяет проводить двигательную и творческую деятельность с детьми на основе личностно-ориентированного подхода, предоставление свободы выбора детьми форм, средств и методов.

4. Принцип постепенности накопления развивающих, тренировочных воздействий и цикличности построения занятий по ритмопластике, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха.

5. Принцип единства с семьей, предполагающий выработку единых требований к ребенку в детском саду и семье в вопросах воспитания, оздоровления, организации двигательной активности дошкольников.

Принципы образовательной деятельности:

- Развивающий характер образования в соответствии со способностями и возможностями ребенка;
- Системность, целенаправленность;
- Тесная взаимосвязь практических заданий с музыкальным репертуаром;
- Образовательная деятельность – через сотворчество и игру;
- Ориентир на успешность. (Каждый ребенок должен знать и понимать, что он уникален и неповторим, получать задания, которые способен успешно выполнить).

Структура содержания программы

Программа составлена по блочно-тематическому принципу, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, что способствует лучшему усвоению программного материала. Содержание программы структурируется соответственно ее основным разделам: процесс подготовки ребенка к музыкально-танцевальной деятельности, процесс творческого развития. Основные разделы показаны в схеме тематического плана. Расчет необходимого и достаточного времени для освоения программного материала осуществляется с учетом возрастных возможностей детей и объема содержательного компонента.

Программа включает 4 блока:

1. «В гостях у сказки»
2. «Маленькие артисты»
3. «Детский танцпол»
4. «Танцевальная игротека»

Таким образом, каждый раздел программы, соответствует одному возрастному периоду и рассчитан на один год образовательной деятельности.

Первый блок программы «В гостях у сказки»: строится от простого к сложному, в начале работы уделяется внимание освоению образно-игровых движений. Образно-игровые упражнения развивают не только пластичность,

выразительность движений, но и тренируют точность, координацию, развивают воображение детей, их эмоции, умение «оживлять» игровой персонаж. «Вовлекающий показ», помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулируют психофизиологические процессы, максимально концентрируют внимание. Особенность такого показа – он должен быть в «зеркальном» отражении, поскольку все движения дети повторяют автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения.

Второй блок программы «Маленькие артисты»: танцевальные движения осваиваются как в процессе исполнения тренировочных композиций, включающих элементы народных плясок, так и в специально подобранных танцах, а также импровизациях. На этом этапе необходимо время от времени прекращать показ в процессе совместного исполнения и предлагать детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать некоторыми жестами). Однако не все композиции выучиваются с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти.

Третий блок программы «Детский танцпол»: накопление опыта самостоятельности в исполнении ритмических, образных и танцевальных движений. Постепенно вводится понятие выразительное исполнение танцевальной композиции, красота пластических движений. Приобретается опыт осознания целостности танцевальной композиции, рисунка танца. На этом периоде важно осознание ребенком значение каждого из них в единстве детского творческого коллектива исполнителей. Этап приобретения опыта творческой интерпретации музыки в пластике и движениях.

Четвертый блок программы «Танцевальная игротека»: исполнение композиций и упражнений, ориентированных как на классические, так и на

современные пластические этюды, способствующие проведению параллелей от музыки и содержания композиции к исполнительству, необходимость вхождения музыки в жизненный и игровой опыт детей. Этап накопления опыта творческой интерпретации музыки в движении. Активизируется творческое самовыражение в движениях под музыку.

Каждый блок включает в себя следующие тематические разделы:

- ✓ Подготовительные развивающие упражнения.
- ✓ Танцевальные элементы
- ✓ Ориентация в пространстве
- ✓ Упражнения на полу
- ✓ Слушание музыки
- ✓ Музыкально-ритмические композиции
- ✓ Игры и этюды

Система построена на использовании двух уровней работы с музыкально-ритмическим материалом. Первый уровень условно можно назвать подготовительным, он предполагает освоение ряда музыкально - ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей. Второй уровень условно можно назвать креативным, он предполагает импровизацию, использование знакомых движений в игровых ситуациях под другую музыку, самостоятельное создание пластических образов.

Формы, методы и приёмы обучения.

Основной формой образовательного процесса по программе «Ритмические бусинки» является сюжетно-игровое занятие по ритмопластике.

- Фронтальная форма образовательной деятельности является приоритетной и используется в повседневной развивающей деятельности.
- Индивидуально-подгрупповая форма образовательной деятельности ориентирована на небольшую подгруппу детей (до 6 человек). Эта форма даёт возможность работы над определенными сценическими

выходами, танцевальными номерами, разделами этюдов, подготовки отдельных номеров для праздничных мероприятий.

- Индивидуальная форма образовательной деятельности предусматривает взаимодействие педагога с одним ребёнком, позволяя реализовывать принцип индивидуального подхода; может иметь как опережающий характер, так и коррекцию, или использоваться для устранения недочётов в объёме двигательных танцевальных умений ребёнка.
- Форма проведения массовых мероприятий музыкально-эстетического цикла: развлечения, досуги, гостинные, концерты, фестивали детского творчества, праздничные утренники. Данная форма предусматривает демонстрацию результатов работы, индивидуальных возможностей и способностей детей, творческих достижений детского коллектива в целом.

Структура ритмопластического занятия включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – разогреть мышцы, подготовить организм к главной физической нагрузке, к выполнению более сложных движений, танцевальных комбинаций, разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Задачи этой части: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния детей; танцевальная разминка (танцевальные элементы, задания на ориентацию в пространстве, упражнения на полу). Занимает 10-20 % от общего времени, зависит от решения основных задач занятия.

Основная часть занятия.

Это самый насыщенный раздел занятия, со сменой вида деятельности у детей. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки;

воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танца и его элементов; отработка композиций и т.д. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики, работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

В основную часть входят: слушание музыки, танцевальный репертуар. Занимает 60 – 70 % общего времени.

Заключительная часть занятия.

Основные задачи: постепенное снижение нагрузки и обеспечение плавного перехода от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительную часть входят: танцевальные игры, этюды, релаксация.

В конце заключительной части все упражнения выполняются в медленном темпе. Они занимают 10 - 20 % от общего времени. Нагрузку в течение занятия надо распределять равномерно на все виды музыкально-ритмической деятельности.

Все дети группы, мальчики и девочки, занимаются вместе, одновременно, благодаря чему, повышается плотность занятия и физическая нагрузка. Для проведения занятий существует необходимость в специальной форме и обуви. Для девочек это – гимнастический купальник или белая водолазка и короткая юбочка, для мальчиков – черные шорты и белая футболка, на ногах у всех детей – мягкие чешки.

Для решения образовательно-воспитательных задач и взаимодействия педагога с детьми в ритмопластической деятельности программой предусмотрены методы и приёмы, которые способствуют формированию основ творческих способностей ребёнка.

Методические приемы:

В программе использованы развивающие и обучающие методы и приемы, которые условно делятся на: *наглядные, словесные и практические.*

В программу включены психолого-педагогические методы и локальные, частные, специфические приемы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).

Различные комбинации методов и приемов оказывают целенаправленное воздействие на эмоции чувства и мысли дошкольников, тем самым активизируя их самостоятельные поступки и действия .

Наглядные методы:

- ✓ Образный показ педагога;
- ✓ Эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- ✓ Подражание образам окружающей действительности;
- ✓ Прием тактильно-мышечной наглядности;
- ✓ Наглядно-слуховой прием;
- ✓ Демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- ✓ Использование наглядных пособий.

Словесные методы:

- ✓ Рассказ;
- ✓ Объяснение;
- ✓ Инструкция;
- ✓ Беседа;
- ✓ Анализ и обсуждение;
- ✓ Словесный комментарий по ходу исполнения танца;
- ✓ Закрепление целостного танцевального движения-комбинации;
- ✓ Словесная репрезентация образа танцевального движения.

Практические методы:

- ✓ Игровой прием;
- ✓ Детское «сотворчество»;
- ✓ Соревновательность и переплясность;
- ✓ Использование ассоциаций-образов;
- ✓ Комплексный прием обучения;

- ✓ Выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений) для развития мышечной памяти;
- ✓ Фиксация отдельных этапов танцевальных движений;
- ✓ Сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- ✓ Прием пространственной ориентации;
- ✓ Музыкальное сопровождение танца как методический прием;
- ✓ Хореографическая импровизация; прием художественного перевоплощения.

Психолого-педагогические методы:

- ✓ Педагогическое наблюдение;
- ✓ Проблемного обучения и воспитания;
- ✓ Воспитание подсознательной деятельности;
- ✓ Контрастное чередование психофизических нагрузок и восстановительного отдыха;
- ✓ Педагогическая оценка исполнения ребенком танцевальных упражнений.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого музыкально-ритмического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т. д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Приемы и методы направлены на то, чтобы музыкально-ритмическая деятельность детей развивала исполнительство и творчество.

Планируемые результаты освоения программы:

- Естественное развитие организма дошкольника, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
- Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие, положительный психологический настрой.
- Способность эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.
- Владение выразительностью, лёгкостью исполнения движений под музыку;

- Умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- Владение точностью и правильностью исполнения движений в танцевальных композициях;
- Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;
- Способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- Умение организовать игровое общение с другими детьми.

Системная работа в течение четырех лет сформирует у детей достаточный уровень музыкально-ритмического развития. Педагогу необходимо периодически диагностировать знания, умения и навыки детей с целью определения динамики развития, коррекции отклонений, а так же правильного подбора образовательного материала и организации занятий.

Контроль и оценка

Необходимый и продуктивный раздел программы - отслеживание результатов. Анализ диагностических данных способствует изучению группы детей, выявлению динамики в развитии умений, уровня достижений в том, или ином виде музыкально-ритмопластической деятельности.

Для отслеживания результатов, необходимы постоянные наблюдения за детьми в процессе образовательной деятельности. Диагностическое обследование проводится в начале, середине и конце учебного года, и дает возможность контролировать качество динамики развития каждого ребенка и соответственно корректировать содержание работы.

Основными видами обследований являются:

1. *Диагностика музыкальных способностей детей,*
2. *Диагностика музыкальной деятельности детей,*
3. *Диагностика музыкального и психомоторного развития детей.*

Диагностика музыкальных способностей детей.

Изучение музыкальных способностей позволяет целостно и синтетически изучить своеобразие музыкальности ребенка и определить индивидуальный путь ее формирования в детском саду. Назначение диагностики музыкальных способностей дошкольников связано с исследованием музыкальности ребенка, изучением ее индивидуальной структуры. Результаты диагностики позволят педагогам грамотно развивать музыкальные способности ребенка, построить индивидуальную траекторию развития.

Диагностика музыкальных способностей включает критерии:

- Эмоциональная отзывчивость на музыку;
- чувство музыкальной формы;
- ладовое чувство;
- звуковысотное чувство (мелодический и гармонический слух);
- чувство темпа и метроритма;
- динамическое чувство;
- чувство тембра;

Диагностика музыкальной деятельности

Диагностика музыкальной деятельности включает в себя диагностику умений и навыков по всем разделам музыкальной деятельности:

- Восприятие
- Развитие музыкального слуха и голоса
- Пение
- Музыкально-ритмические движения
- Музицирование
- Музыкальное творчество

Диагностика музыкального и психомоторного развития детей:

Используется для выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы,

проектирования индивидуальной работы и оценки эффекта педагогического воздействия. Состоит из следующих структурных компонентов:

- Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)
- Эмоциональная сфера
- Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия)
- Творческие проявления
- Внимание
- Память
- Подвижность нервных процессов
- Пластичность, гибкость
- Координация движений
- Ориентация в пространстве

Каждый вид диагностики оценивается по своим критериям. Уровень общего музыкального развития выводится на основе количества полученных уровневых оценок по принципу среднего балла.

Уровневые оценки:

Высокий уровень – творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; быстрое осмысление задания, точное выразительное его выполнение без помощи взрослого; ярко выраженная эмоциональность (во всех видах музыкальной деятельности).

Средний уровень – эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в музыкальную деятельность. Однако ребенок затрудняется в выполнении задания. Требуется помощь педагога, дополнительное объяснение, показ, повторы.

Начальный уровень – не проявляет видимой эмоциональности; спокойное отношение к музыкальной деятельности, отсутствие активного интереса и самостоятельности. Равнодушие к деятельности.

Критерии оценивания:

<i>Уровень развития</i>	<i>Критерии оценивания</i>
Музыкальные способности	
<i>Эмоциональная отзывчивость на музыку</i>	
Высокий уровень	Характеризуется конгруэнтной характеристикой осмысления эмоционально-образного содержания музыки. Креативность самовыражения ребёнка в изобразительной, двигательной и словесной форме проявляется в следующих особенностях формы самовыражения.
Достаточный уровень	Характеризуется способностью к конгруэнтно-репродуктивной форме отображения уже имеющегося опыта переживаний, состояний, мыслеобразов, вызванных воздействием музыкального фрагмента; соответствующей изобразительной и вербальной характеристикой ребёнком своих переживаний и мыслеобразов основного содержания музыки (без особых детализаций своего отображения)
Начальный уровень	Характеризуется уклонением (фактическим отказом) ребёнка от проекции своих состояний или его неспособностью в ситуации музыкального воздействия даже на простейшее самовыражение своих впечатлений, мыслеобразов, настроений в невербально-художественной, двигательной или вербальной форме.
<i>Ладовое чувство</i>	
Высокий уровень	Внимательно слушает произведение от начала до конца, яркие внешние впечатления, эмоциональная отзывчивость и двигательная реакция.

	Есть дети, которые внимательно слушают, но никак внешне не проявляют своих эмоций.
Достаточный уровень	Слушает невнимательно, отвлекается. Есть проявление эмоциональной реакции.
Начальный уровень	Нет заинтересованности, почти не реагируют на музыку.
<i>Звуковое чувство</i>	
Высокий уровень	Опевание, последовательное и скачкообразное (на кварту, квинту, малую или большую сексты) исполнение мелодических линий в диапазоне октавы и более.
Достаточный уровень	Опевание тоники и последовательное исполнение тетракорда (вверх - вниз по направлению к тонике) в удобном для ребёнка диапазоне
Начальный уровень	Последовательное исполнение звуков вверх или вниз по направлению к тоническому звуку в диапазоне терции.
<i>Чувство темпа и ритма</i>	
Высокий уровень	Адекватное исполнение ребёнком своей партии в умеренном, быстром и медленном темпах, а также с ускорением и замедлением. Точное, безошибочное воспроизведение метрического рисунка одними ладошками на протяжении всех 8 тактов.
Достаточный уровень	Адекватное исполнение задания только в двух темпах (например, умеренном и быстром или умеренном и медленном) Воспроизведение метра с одним-двумя метрическими нарушениями и с некоторой помощью голоса (пропевание шёпотом)

Начальный уровень	Ситуативно-сбивчивое, но завершённое исполнение задания только в умеренном темпе (допускаются метрические ошибки в 2-4 тактах), неровное, сбивчивое метрическое исполнение и при помощи голоса.
<i>Динамическое чувство</i>	
Высокий уровень	Адекватное динамическое исполнение "крещендо" и "диминуэндо"
Достаточный уровень	Адекватное исполнение контрастной динамики "форте-пиано"
Начальный уровень	Отсутствие чувства динамических проявлений
<i>Чувство тембра</i>	
Высокий уровень	Адекватное определение различных тембровых соотношений в исполнении предъявленного музыкального фрагмента.
Достаточный уровень	Адекватное определение однородных тембров и смешанных тембров.
Начальный уровень	Адекватное определение только однородных тембров.
Музыкальная деятельность	
<i>Восприятие</i>	
Высокий уровень	Активное восприятие музыки. Различие жанров музыки. Представляет музыкальный образ, его действия. Дослушивает произведение внимательно до окончания звучания. Различает и называет: громкость звучания музыки (громко, тихо, постепенно усиливая, постепенно затихая) и её настроение (веселое, печальное и т.д.). Понимает суть музыкального

	произведения, представляет развитие сюжета и музыкальных образов. Проявляет музыкальное творчество и музыкальный вкус.
Достаточный уровень	Спокойное восприятие музыки, без особого эмоционального проявления. Различает жанры музыки, но не всегда может их охарактеризовать. Дослушивает произведение до конца. Редко допускает ошибки в определении громкости звучания музыки. Подбирает правильные слова в определении настроения музыки. Старается проявлять музыкальное творчество.
Начальный уровень	Слабое проявление эмоционального отклика на музыку. Ребёнку сложно представить музыкальный образ. Не всегда дослушивает музыку до конца. Ребёнок не различает жанры музыки. При слушании музыки невнимательный. Для ребёнка сложно подобрать слова для описания настроения музыки. Не проявляет музыкальное творчество.
<i>Развитие музыкального слуха и голоса. Пение</i>	
Высокий уровень	Самостоятельно выполняет задание. Интонация чистая, исполнение выразительное, хорошая координация слуха и голоса.
Достаточный уровень	Выполняет задание с помощью взрослых, интонация неустойчива в пении а cappella.
Начальный уровень	Не выполняет задание, интонация неустойчивая.
<i>Музыкально-ритмические движения</i>	
Высокий уровень	Выразительно и ритмично двигается. Отражает язык музыки в движении. Владеет достаточным (для своего

	возраста) объемом танцевальных движений. Эмоционально откликается на данный вид деятельности
Достаточный уровень	Ритмично двигается. Отражает язык музыки в движении. Владеет достаточным (для своего возраста) объемом танцевальных движений. Отсутствует особый эмоциональный отклик на данный вид деятельности
Начальный уровень	Беспорядочно двигается. Не владеет достаточным объемом танцевальных движений. Уклоняется от участия в данном виде деятельности.
<i>Музыкальное творчество</i>	
Высокий уровень	Самостоятельность в исполнении задания. Подбор определенных средств выразительности в различных видах деятельности в соответствии с эмоционально-образным содержанием музыки.
Достаточный уровень	Способность импровизировать в различных видах музыкальной деятельности.
Начальный уровень	Отсутствует проявление творческой деятельности.

Музыкальное и психомоторное развитие (по А.И. Бурениной)

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Оценка уровня развития музыкальности детей:

Высокий уровень – ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

Средний уровень – в движениях ребенок выражает общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

Низкий уровень – движения ребенка не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение переживать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции, умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные.

этот показатель оценивается по внешним проявлениям:

Э – В; Э - С; Э - Н.

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может сделать выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его состоянии на данный момент по типичности или нетипичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных характерологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок.

Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе выученных в процессе обучения движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.
Высокий уровень - если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.

Средний уровень – если ребенок выполняет с некоторыми подсказками.

Низкий уровень – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму.

Высокий уровень – если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу.

Норма – если ребенок запоминает последовательность упражнений с 6-8 повторений композиции вместе с педагогом.

Низкий уровень – ребенок неспособен запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз).

Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки.

Норма, эталон – соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. (N)

Заторможенность – запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. (З)

Повышенная возбудимость – ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость). (В)

Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность, музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

В качестве способов учета знаний, умений также выступает диагностика музыкально – ритмических способностей в конце каждого блока программы.

Учебно-тематический план

Предложенный учебно-тематический план не ограничивает автономности педагога, предполагает наличие у него права на вариативный подбор и распределение образовательного материала.

<i>Первый год обучения</i>	
<i>«В гостях у сказки»</i>	
<i>Блок развития способностей к подражанию и воспроизведению</i>	
<i>Тематический раздел</i>	<i>Количество часов</i>
1. Вводное занятие: правила поведения; техника безопасности.	1
2. Подготовительно-развивающие упражнения. Ритмика, музыкальные движения развития эмоциональной выразительности. Основы метро-ритмических движений.	15
3. Упражнения на полу. Азбука гимнастических упражнений – основа образно-игровой, пртерной гимнастики.	21
4. Танцевальные элементы. Первое знакомство, основы детского танца.	12
5. Танцы. Первая концертная программа.	10
6. Игры и этюды. Танцевальные игры, образное воплощение разнообразных тем музыкально-пластических в игровых заданиях.	10
7. Слушание музыки. Знакомство с танцующими человечками-эмоциями.	1
8. Ориентация в пространстве. Пространство и Мы.	2
Всего:	72
<i>Второй год обучения</i>	
<i>«Маленькие артисты»</i>	
<i>Блок развития умения в использовании выученных движений</i>	
1. Вводное занятие. Правила поведения, техника безопасности,	1

поклоны.	
2. Подготовительно-развивающие упражнения. Ритмика, музыкальное движение развитие эмоциональной выразительности на основе детского танца. Разнообразие метроритмических рисунков.	12
3. Упражнения на полу. Усложнение формы партерной гимнастики на середине зала (растяжка, наклоны).	13
4. Танцевальные элементы. Основы сюжетно-образного танца. Основы музыкальной ритмопластической композиции.	5
5. Танцы. Элементы танца. Музыкально-ритмические композиции.	15
6. Игры и этюды. Музыкально-танцевальные игры.	5
7. Творческие игры и этюды. Элементарная танцевальная импровизация. Творческие задания.	5
8. Слушание музыки. Постановочно-репетиционная деятельность, эмоции в танце, этюды на заданную эмоцию.	12
9. Итоговые показы, выступления.	4
Всего:	72
<i>Третий год обучения</i>	
<i>«Детский танцпол»</i>	
<i>Блок развития самостоятельности в исполнительской практике</i>	
1. Вводное занятие. Правила поведения, техника безопасности, поклоны.	1
2. Подготовительно-развивающие упражнения. Ритмика, музыкальное движение развитие эмоциональной выразительности на основе детского танца. Разнообразие метроритмических рисунков.	12
3. Упражнения на полу. Усложнение формы партерной гимнастики на середине зала (растяжка, наклоны).	11

4. Танцевальные элементы. Основы сюжетно-образного танца. Основы музыкальной ритмопластической композиции.	5
5. Танцы. Элементы танца. Музыкально-ритмические композиции.	15
6. Игры и этюды. Музыкально-танцевальные игры.	5
7. Элементарная танцевальная импровизация. Творческие задания. Творческие игры и этюды.	5
8. Слушание музыки. Постановочно-репетиционная деятельность, эмоции в танце, этюды на заданную эмоцию.	12
9. Итоговые показы, выступления.	6
Всего:	72
<p><i>Четвертый год обучения</i></p> <p><i>«Танцевальная игротека»</i></p> <p><i>Блок творческого самовыражения в движении под музыку</i></p>	
1. Вводное занятие. Правила поведения, техника безопасности, поклоны.	2
2. Подготовительно-развивающие упражнения. Ритмика, музыкальное движение развитие эмоциональной выразительности «ритмическая мозайка» на основе детского танца. Разнообразие метроритмических рисунков.	13
3. Упражнения на полу. Сюжетно-игровые формы партерной гимнастики на середине зала (растяжка, наклоны).	10
4. Танцевальные элементы. Основы сюжетно-образного танца. Основы музыкальной ритмопластической композиции.	6
5. Танцы. Элементы танца. Музыкально-ритмические композиции.	17
6. Игры и этюды. Музыкально-танцевальные игры.	4
7. Танцевальная импровизация. Творческие задания. Творческие игры и этюды.	6

8.	Слушание музыки. Постановочно-репетиционная деятельность, эмоции в танце, этюды на заданную эмоцию.	10
9.	Итоговые показы, выступления.	6
	Всего	72

Распределение образовательного материала

Первый год обучения:

Младший возраст 3-4 года.

«В гостях у сказки»

Дети этого возраста легко возбуждаются, их внимание привлекают знакомые образы. Они лучше запоминают то, что им интересно. Опыт музыкально-танцевальной деятельности в этот период – минимальный, но все же позволяет детям проявить себя. Программа первого года обучения реализуется на основе бытовых и музыкальных движений.

Цель: В процессе занятий по ритмопластике формировать культуру эмоций, обогащать и формировать музыкально-танцевальную деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения, развивать объем внимания и фантазии.

Содержание образовательной деятельности:

1. Подготовительно-развивающие упражнения.

- 1.1. Постановка корпуса – формирование понятия о прямом подтянутом корпусе. Знакомство с понятием исходное положение.
- 1.2. Упражнения для головы – наклоны вперед, наклоны в сторону.
- 1.3. Упражнения для плеч – подъемы и опускания плеч одновременно.
- 1.4. Упражнения для рук, кистей и пальцев – знакомство с различными положениями рук (вдоль корпуса, корпус, вверх, в сторону).
- 1.5. Упражнения для корпуса – небольшие наклоны корпуса в сторону, вперед, назад.
- 1.6. Ходьба и бег. Спокойный шаг – гуляем, четкий шаг – маршируем, мягкий шаг, как у кошечки. Бег – мелкий, легкий. Ходьба и бег в сочетании – мягкий шаг и легкий бег.
- 1.7. Прыжки – на двух ногах, рыжки в сочетании с бегом.

2. Танцевальные элементы.

- 2.1. Топающий шаг;
- 2.2. Выставление ноги вперед на носок или пятку.
- 2.3. Приседание – полуприседание, пружинка, глубокое приседание.
- 2.4. Хлопки – ладонь о ладонь, перед собой или около каждого уха.
Можно использовать удары по плечам или коленям.
- 2.5. Притопы.

3. Ориентация в пространстве.

- 3.1. Знакомство с рисунками круг, линия, впрассыпную.
- 3.2. Продвижения по залу друг за другом - по одному, парами.

4. Упражнения на полу.

- 4.1. Полежать на спине или на животе, свернуться клубочком, покататься с боку на бок..
- 4.2. Вытягивание стопы (носочки), ноги в коленях, доставать кончики пальцев ног кончиками пальцев рук.

5. Слушание музыки.

- 5.1. Музыкальные загадки, сказки, фрагменты классической и народной музыки.
- 5.2. Знакомство с понятием тихо/громко, быстро/медленно.
- 5.3. Освоение простых ритмических рисунков.
- 5.4. Формирование способности слышать двухчастную простую музыкальную форму и реагировать на нее движениями.

6. Танцы.

Массовые и парно-массовые композиции на завершённые музыкальные произведения, детские песни с четкой структурой, яркими интонациями и образными характеристиками. В них используются многократно простые программные танцевальные движения, а также используются коммуникационные жесты и подражательные движения. Все танцевальные элементы, композиционные построения разучиваются и исполняются в

образно-игровом характере под специально подобранное заранее музыкальное сопровождение.

7. Игры и этюды.

Образно-ритмические, образно-игровые, танцевальные, музыкальные.

Сочиняются на основе полученных знаний и умений.

Показатели развития:

- ✓ Дети двигаются и исполняют различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- ✓ реагируют на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходят под музыку, легко бегают, хлопают в ладоши, притопывают ногами, вращают кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгают на двух ногах, владеют простейшими навыками игры с предметами;
- ✓ двигаются по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами;
- ✓ располагаются по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- ✓ выполняют элементы партерной гимнастики.

Распределение музыкального материала

I. Музыкально-ритмические упражнения, перестроения.

«Марш» муз. Э. Парлова; «Ноги и ножки» муз. В. Агафонникова; «Ножками затопали» муз. М Раухвергера; «Марш с флажками» (лат. нар. мел.); «Повторяйте все за мной» муз. Т.Сауко; «Прогулка и отдых» муз. М. Раухвергера; «Птички летают» муз. Л. Банниковой; «Ветер-ветерок» муз. Л. Бетховена; «Упражнения с погремушками» муз. А. Жилина; «Упражнения в маленьких кругах» муз. Т. Шутенко; «Бегаем парами» укр. нар. мел.; «Мячики» муз. Т. Ломовой; «Ходим – бегаем» муз. Т. Шутенко; «Попрыгаем» муз. Т. Сауко; «Лошадка» муз. М. Потоловского; «Кто лучше топает?» муз. М. Раухвергера; «Что умеют наши ножки?» муз. Ю. Вихаревой; «Марш с высоким поднятием колена»; «Шаг с носка»; «Топающий шаг»; «Научились мы ходить» муз. Е. Макшанцевой; «Упражнения с ленточками» муз. А. Козакевич;

«Шустрые ножки» муз. Е. Макшанцевой; «Велосипед» муз. Е. Макшанцевой; «Как маленькие птички учились танцевать» Е. Матвиенко; «Поезд» муз. Д. Кобалевского.

II. Музыкально-ритмические композиции.

«Погуляем» муз. Е. Макшанцевой; «Подружились» муз. Т. Велькорейской; «Танец с осенними листиками» муз. Ю. Селиверстовой «Осенняя» муз. Т. Сауко; «Веселый Танец» муз. Т.Сауко; «Разминка» муз. Е. Макшанцевой; «Сапожки» муз. А. Филиппенко; «Плюшевый медвежонок» муз. В. Кривцова; «Снежинки» муз. В. Моцарта; «Маленький танец» муз. А. Александрова; «Танец с погремушками» бел. нар. мел.; «Зимний танец» муз. Ю.Силевёрстовой; «Танец Снежинок» муз. по выбору педагога; «Хлопушки» муз. по выбору педагога; «На полянке зайки танцевали» муз. Ю. Силевёрстовой; «Петрушки» муз. по выбору педагога; «Веселые пары» муз. Т. Попатенко; «Приглашение» муз. Г. Теплицкого; «Прощаться – здороваться» чеш. нар. мел.; «Весело идем» муз. М. Картушиной; «Веселый танец» муз. М. Картушиной; «Танец Помощники» муз. по выбору педагога; «Хоровод цветов» муз. Н. Лысенко; «Хлопаем – топаем» муз. Т. Сауко; «Танец с разноцветными платочками» муз. А. Филиппенка; «Полька» нем. нар. мел.; «Весенняя полька» муз. Е.Макшанцевой; «Приседай» муз. А. Роомере; «Танец жучков» муз. М. Картушиной; «Танец бабочек» муз. В. Смирновой; «Комарики и мушки» муз. В. Смирновой; «Танец конфеток» муз. Ю. Силиверстовой «Кап-кап» муз. М. Парцхаладзе; «Мишка и лапка» муз. Ж. Колмагоровой; «Три веселых зайчонка» муз. К.Костина.

III. Музыкальные игры.

«Колокольчик» муз. М. Картушиной; «Кошка и котята» муз. М. Раухвергера; «Солнышко и дождик» муз. А. Филиппенко; «Игра с листиками» муз. С. Насауленко; «Вот летели птички» муз. Т.Сауко; «Воробушки и автомобиль» муз. М. Раухвергера; «Поезд» муз. Н.

Метлова; «Птички и кот» муз. С. Насауленко; «Зайчики и волк» муз. С. Насауленко; «Мишка, потанцуй» муз. Е. Макшанцевой; «Погремушка и бубен»; «Игра в снежки» муз. Ю. Михайленко; «Зайцы и лисичка» муз. Б. Финоровского; «Игра с разноцветными платочками» муз. А. Филиппенко; «Передай игрушку» муз. Т. Ломовой; «Игра с цветочками» муз. С. Насауленко; «Дождик» укр. нар. мел.обр. Е. Макшанцевой; «Жучки» муз. Л. Вишкарева; «Саночки» муз. Т. Сауко «Раз – ладошка» муз. И. Шевчук.

IV. Творческие задания, этюды.

«Мячики» муз. Т. Ломовой; «Ветерок и ветер»; «Кого встретили в лесу?»; «Машины»; «Листочки»; «Соберем грибочки»; «Услышим – покажем»; «Ёлочные игрушки»; «Снежиночки-пушиночки»; «Дети и зверята»; «Цветочки»; «Курочки и петушки»; «Жуки»; «Бабочки»; «Цветы».

Второй год обучения.

Средний возраст 4-5 лет.

«Маленькие артисты»

Дети этого возраста становятся физически более крепкими, подвижными, их внимание устойчивее, уровень двигательной деятельности продолжает развиваться. Движения приобретают более очерченный характер, улучшается их координация, дети способны соединить движения в определенный, последовательный ряд, могут запомнить несколько вариантов исполнения движений. Они откликаются на разнохарактерные образы в музыки, хорошо чувствуют смену темпа и настроения.

Цель: Формирование активизации техники танца путем осмысленного и внимательного восприятия музыки, развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а так же исполнительской индивидуальности, творческой активности и музыкальности.

Содержание образовательной деятельности:

1. Подготовительно-развивающие упражнения.

- 1.1. Постановка корпуса – продолжение работы над подтянутостью мышц спины, красивой постановки головы, ровности плеч.
- 1.2. Упражнения для головы – наклоны вперед, наклоны в стороны; полукруговые движения.
- 1.3. Упражнения для плеч – подъемы и опускания плеч одновременно, круговые движения плечами вперед/назад.
- 1.4. Упражнения для рук, кистей и пальцев – продолжается работа над выразительностью подъема рук в сторону или вверх (крылья бабочки или цветок раскрывается/закрывается).
- 1.5. Упражнения для корпуса – активные наклоны корпуса в сторону, вперед, назад.
- 1.6. Ходьба и бег. Простые шаги – вперед/назад, лицом/спиной по ходу продвижения, по одному/в паре. Танцевальный шаг – с вытянутого носка по одному/в паре. Шаги лошадки (шаг с подъемом колена). Бег с откидыванием ноги от колена назад. Сочетание танцевального шага и бега.
- 1.7. Прыжки и движения прыжкового характера. Прыжки – легкие. Чередование прыжков в различных характерах и образах. Перескок с ноги на ногу. Шаги на полупальцах и пятках.

2. Танцевальные элементы.

- 2.1. Простой танцевальный шаг – шаг с вытянутого носка;
- 2.2. Приставной шаг;
- 2.3. Приседание – полуприседание, пружинка, глубокое приседание.
- 2.4. Подъем на полупальцы.
- 2.5. Повороты вокруг себя на полупальцах;
- 2.6. Вынос ноги на каблук с одновременным приседанием;
- 2.7. Хлопки – тройные с паузой.
- 2.8. Притопы
- 2.9. Прямой галоп
- 2.10. Подскоки

2.11. Поклон

3. *Ориентация в пространстве.*

Исполнение различных танцевальных движений – один круг, два круга (круг в круге), одна/две линии (друг за другом или лицом друг к другу), змейка – формируется умение переходить из рисунка в рисунок.

4. *Упражнения на полу.*

Движения по принципу контраста: напряжение/расслабление. Образные движения: кошка выгибает спину, неволяшка покачивается, катаемся на велосипеде и др.

5. *Слушание музыки:*

5.1. Музыкальные загадки, сказки, произведения малой формы или фрагменты, как характеристика музыкальных образов, основа выбора выразительных движений соответствующих темпу, ритму, характеру.

5.2. Знакомство со слодной двухчастной формой.

6. *Танцы.*

Изучаются массовые и парномассовые композиции, созданные на основе классической, народной музыки, детских песен, а также, программных движений. В танцах используется как многократное повторение одного движения, так и сочетания двух-трех движений. Мальчики и девочки осваивают правила исполнения движений в паре, поклон. В системе музыкального движения формируются навыки и умения, подготавливающие детей к освоению собственных танцевальных движений различной сложности.

7. *Игры и этюды.*

Этюдные игровые композиции сочиняются на основе приобретенных навыков танцевальных элементов.

8. *Показатели развития:*

- ✓ дети откликаются на динамические оттенки в музыке;

- ✓ воспроизводят в движении простейшие ритмические рисунки;
- ✓ реагируют на музыкальное вступление;
- ✓ исполняют движения в соответствии со сложной двухчастной формой;
- ✓ красиво и правильно исполняют танцевальные элементы;
- ✓ координация движений с основными средствами музыкальной выразительности;
- ✓ дают характеристику музыкальному произведению;
- ✓ хорошо ориентируются в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- ✓ исполняют движения в парах, в группах;
- ✓ держатся правильно на сценической площадке.

Распределение музыкального репертуара

I. Музыкально-ритмические упражнения, перестроения.

«Притопы»; «Галоп»; «Вертушки»; «Великаны и гномы» муз. Д. Кобалевского; «Сапожки» муз. А. Филиппенко; «Кузнечик» муз. В. Шаинского.

II. Музыкально-ритмические композиции.

«Детский сад» муз. К. Костина; «Детская дружба» муз. С. Капраловой; «Веселые путешественники» муз. М. Старокадомского; «Найди себе пару» муз. М. Спадовеккиа; «Приглашения» муз. Н. Лысенко; «Белочка» муз. В. Шаинского;

«Веселый танец» муз. М. Картушиной; «Хоровод осенних листочков» муз. П. Мореа; «Белые кораблики» муз. В. Шаинского; «Калинки» укр. нар. мел.; «Танец Грибочков» муз. Т. Лысенко; «Танец Капелек» муз. М. Минкова; Танец «Калинки» муз. Т. Лысенко; «Любимые игрушки» муз. Д. Кобалевского; «Танец куколок и солдатиков» муз. Я. Янтера; Танец «Гномики» муз. К. Костин; «Танец снеговиков» муз. по выбору педагога; Танец «Бусинки» муз. по выбору педагога; Танец «Хлопушки» муз. по выбору педагога; «Танец куколок» муз. Д. Кобалевского;

«Зимняя фантазия» (амер. нар. мел.); Танец «Ледяные ладошки» муз. М. Разумовой; Танец «Лошадка»; «Разноцветная игра» муз. Б. Савельева; «Мишка с куклой пляшут полечку» муз. М. Качурбиной; «Танец с цветами» муз. по выбору педагога; Танец «Поросята» муз. Дж. Уотта; Танец «Цыплята» азерб. нар. мел.

«Танец жуков и бабочек» муз. Ируми; «Танец лягушат»; «Виноватая тучка» муз. Д. Тухманова; Танец «Бабочки» муз. по выбору педагога; Танец «Шалунишки» муз. Ж. Колмагорова; Танец «Божья коровка» муз. К. Костин.

III. Музыкальные игры.

«Погремушка и бубен»; «Слушай звуки»; «Кого зовет музыка?»; «Найди свой домик» муз. Э. Гедике; «Колокольчик» муз. М. Картушиной; «Игра с разноцветными платочками» муз. Т. Ломовой; «Поезд» муз. Н. Метлова; «Кот и мыши» муз. С. Насауленко; «Птички и вороны» муз. А. Кравцович; «Собачка и кошка» муз. С. Насауленко; «Будь внимательным!»; «Сказочное заклинание»; «Мы от ветра убежим» муз. М. Картушиной; «Игра со снежками» муз. М. Картушиной; «Что мы делаем зимой» муз. А. Филиппенко; «Кто медведя разбудил?» муз. А. Бокач; «Пес Барбос и птички» муз. С. Насауленко; «Солнечные зайчики и тучка» муз. М. Картушиной; «Курочки и петушок» муз. Н. Римского-Корсакова; «Мишки и пчелки» муз. М. Картушиной; «Красная шапочка и серый волк» муз. А. Арсеева.

IV. Творческие задания и этюды.

«На бабушкином дворе»; «Лесная зверобика»; «Хоровод грибов»; «Любопытная Варвара»; «Осень»; «Птички»; «Кошка»; «Мышки»; «Снежинки»; «Снеговики»; «Ёлочные игрушки»; «Заводные игрушки»; «Игра с платочком»; «Сосульки»; «Игра с водой»; «Цветочки»; «Бабочки»; «Цветочная поляна».

Третий год обучения
Старший возраст 5 – 6 лет
«Детский танцпол»

Программа третьего года обучения включает как движения системы музыкального движения, так и собственно танцевальные, исполняющиеся в чистом виде. Дети этого возраста физически развиты настолько, что могут заниматься музыкально-танцевальной деятельностью без перерыва 15-20 минут. Их двигательный опыт включает умение исполнять различные действия с помощью разнообразных движений. У них достаточно хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется способность делать простейшие умозаключения, сообщения. Повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой, с активным привлечением самих детей к творческому процессу. Ярко прослеживается потребность в разнообразии тем, характеров, а также индивидуальном проявлении. Улучшение памяти проявляется в способности запомнить и исполнить значительный ряд движений в простой последовательности и в комбинациях. Дети в этот период с удовольствием занимаются творчеством и проявляют его во всех видах деятельности.

В процессе образовательной деятельности формируются навыки необходимые для исполнения танцевальных движений. Занятия проводятся в основном в системе игровой танцевальной деятельности. Особое внимание уделяется для усвоения универсального комплекса движений, являющихся основными элементами большинства танцевальных движений. Активизация деятельности детей осуществляется за счет развития умения общаться в паре и ансамбле. Самостоятельное использование опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях способствует раскрытию индивидуальности детей, создает условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движениям, партнеру по танцу.

Цель: Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под музыку. Формирование адекватной оценки и самооценки.

Содержание образовательной деятельности:

1. Подготовительно-развивающие упражнения.

- 1.1. Постановка корпуса – с помощью разных упражнений и этюдов образно-игрового характера на основе музыки разных жанров и стилей, и ее метроритмической организации.
- 1.2. Упражнения для головы – на основе освоенного материала предыдущих годов обучения, в новых образах, с разнообразными ритмическими рисунками, в сочетании с движениями ног и корпуса.
- 1.3. Упражнения для плеч – на основе освоенного материала предыдущих годов обучения, в новых образах, с разнообразными ритмическими рисунками, в сочетании с движениями ног и корпуса.
- 1.4. Упражнения для рук, кистей и пальцев – на основе освоенного материала предыдущих годов обучения, в новых образах, с разнообразными ритмическими рисунками, и их сочетаниями.
- 1.5. Упражнения для корпуса – используя навыки, сформированные на первом/втором году обучения, осваиваются разнообразные приемы движений корпуса, т.е. наклоны, перегибы, круговые движения, исполняются в малой/большой амплитуде, резко/мягко.
- 1.6. Ходьба и бег. Ходьба – различные виды шагов со сменой темпа, характера, направления движения, в сочетании с другими движениями. (По кругу, клонной, змейкой, звездочкой, по одному, в паре), с различными положениями и движениями рук, головы и корпуса. Бег – легкий/на месте/на полупальцах с продвижением/ускорением/ замедлением/остановками,

возможны сочетания с прыжковыми движениями, поднимая высоко колено вперед, откидывая ногу от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед.

- 1.7. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах. Прыжки – высокие. Варианты: на двух ногах/ на одной, с двух на одну, с одной на две, в стороны/вперед/назад с продвижением вперед/назад/в сторону. Подскоки.

2. Танцевальные элементы.

- 2.1. Простой танцевальный шаг – с ударом ноги в пол;
- 2.2. Приставной шаг - с ударом ноги в пол или последующим приседанием, в направлениях вперед/назад/в сторону;
- 2.3. Переменный шаг.
- 2.4. Хлопки и притопы в различных ритмических рисунках в сочетании друг с другом, самостоятельно и как часть упражнений, и танцевальных движений.
- 2.5. Ковырялочка, веревочка, моталочка, галоп прямой/боковой; индивидуальный/в паре;
- 2.6. Вальсовая дорожка – тройной шаг с подъемом на полупальцы;

3. Ориентация в пространстве.

Исполнение разнообразных упражнений, танцевальных элементов или движений с размещением детей в разных круговых и линейных рисунках. Освоение продвижения в рисунках: круг/два круга/ линия (коллона, ширенга), «звездочка», «змейка», «расческа»

4. Упражнения на полу.

Упражнения направлены на развитие выносливости, силы ног, рук, подвижности корпуса, координации. Дети включаются в процесс сочинения упражнений. Движения в положении стоя на коленях по одному/в паре. Следует определить движения специально для девочек и мальчиков.

5. *Слушание музыки.*

Образцы народной, классической, эстрадной музыки. В том числе музыкальные циклы и сюиты. Прослушивание музыки является основой для создания пластического, ритмического, танцевального образа. Желательно считать слушание музыки и импровизацию с выражением настроения, с использованием метода «зеркала» В. Коен.

6. *Танцы.*

Парные. Парномассовые, массовые, индивидуальные, отдельно для девочек и мальчиков. Танцевальные картинки, сценки, танцевальные композиции с сольными фрагментами; созданные на образы народной, классической, эстрадной музыки, также на основе популярных детских песен. Продолжительность танцевальных композиций от 1,5 до 2,5 минут. Структура танцевальных композиций двух и трехчастная, простая/сложная форма.

7. *Игры и этюды.*

Сюжетно-ролевые, образные, на основе ритмических упражнений, танцевальных элементов, основных движений танца. Этюдные игровые композиции сочиняются на основе приобретенных навыков танцевальных элементов. Создается образ, раскрываются индивидуальные способности на основе танцевальных ритмов с использованием различных средств (костюмы, игрушки, стулья).

Показатели развития:

- ✓ Дети выразительно исполняют движения под музыку;
- ✓ Умеют самостоятельно отображать в движениях основные средства музыкальной выразительности;
- ✓ Усвоили большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- ✓ Умеют передавать свой опыт младшим дошкольникам, организовывать игровое общение с другими детьми;

- ✓ Свободно импровизируют с использованием оригинальных и различных видов движений;
- ✓ Точно и правильно исполняют движения в танцевальных и ритмопластических композициях;

Распределение музыкального материала

II. Музыкально-ритмические композиции.

«Белые кораблики» муз. В. Шаинского; «Марш» муз. Г. Свиридов;
 «Осенние листья» муз. М. Леграна; «Осень пришла» муз. О.Юдиной;
 «Полька» муз. С.Рахманинова; «Танец с зонтиками» муз. по выбору педагога; «Танец овощей» муз. по выбору педагога; «Менуэт» муз. П. Мореа; «Новогодняя считалка» муз. А. Ермолова; «Зима» муз. Э. Ханок; «Зима» муз. К. Меладзе; «Серебристые снежинки» муз. А. Варламов; «Танец месяца и звездочек» муз. Н. Могилевской; «Ангелы добра» муз. Л. Заболотской; «Танец огня» Муз. Шоу – балету «Тодес» /«Танец – жизнь»/; «Аквариум» муз. К. Сен-Санса; «Танец цветов» муз. по выбору педагога; «Волшебный цветок» муз. Ю. Чичкова; «Дети и природа» муз. О. Юдахиной; «Вальс» муз. по выбору педагога; «Танец с тростями» муз. Э. Родригес; «Друзья» муз. Т.Залужной; «Бибика» муз. Т.Залужной; «Барабашка» муз. А.Пинегина; «Радуга желаний» муз. Э. Лашук; «Я рисую этот мир» А. Ермолов; «Танец с игрушками» Т. Залужной.

III. Музыкальные игры.

«Принц и принцесса» музыка по выбору педагога; «Паучок и мушка» муз. М. Картушиной; «Игра с мячом» музыка по выбору педагога; «Игра с гномом» муз. Е.Старченко; «Обезьянки и тигр» муз. С. Насауленко; «Зима» муз. С. Насауленко; «Ветер северный» муз. М. Картушиной; «Шапочка аиста» муз. А. Филиппенка; «Баба Яга» муз. С. Насауленко; «Звездочет» муз. С. Насауленко; «Магазин игрушек» муз. А. Филиппенко; «Аист и лягушки» муз. С. Насауленко; «Дразнилка» муз. С. Насауленко.

IV. Творческие задания и этюды.

«Надуй мяч»; «Иголка с ниткой»; «Отгадай, кто мы?»; «Осень»; «Осенний пейзаж»; «Ветер»; «Птичий двор»; «Холодно – тепло»; «Зимой»; «Заводные игрушки»; «Помощники»; «Часики»; «Живые картинки»; «Веселый зоосад».

Четвертый год обучения

Подготовительный возраст 6 – 7 лет

«Танцевальная игротека»

Четвертый год базируется на результатах предыдущих лет обучения. В процессе деятельности по ритмопластике формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (*словесному описанию*). В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости, изяществе. У детей возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений, что дает возможность подбирать для работы детьми более сложный репертуар.

Цель: Повышение уровня техничности исполнения ритмопластических движений, создание ритмопластических композиций с сюжетно-ролевой основой, с активным привлечением самих детей к творческому процессу. Развитие художественно – творческих способностей.

Содержание занятий:

1. Подготовительно-развивающие упражнения.

- 1.1. Постановка корпуса – работа над его выразительностью на основе новых образов и музыкального сопровождения;
- 1.2. Упражнения для головы – введение всех танцевальных элементов с наибольшей выразительностью;
- 1.3. Упражнения для плеч – использование всех вариантов движений, выученных ранее в новых сочетаниях;

- 1.4. Упражнения для рук – построены на контрасте малой и большой амплитуды: резкие/мягкие, короткие/длинные. Исполнение движений по принципу от простого к сложному;
- 1.5. Упражнения для корпуса – являются обязательными для подготовительной части занятия, исполняются как самостоятельное упражнение, так и в сочетании рук, головы и ног;
- 1.6. Шаги и бег. Ходьба – различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; в сочетании друг с другом и другими движениями в зависимости от темпа ритмического рисунка, образа. Естественность, яркость, выразительность исполнения. Бег – легкий бег на полу пальцах (за хлест), бег с откидыванием прямых ног вперед, бег с высоко поднятым коленом, исполнение с ускорением, замедлением, остановками. Сочетание с ходьбой, движением рук и головы. Возможно сочетание с прыжковыми движениями (перескок с ноги на ногу);
- 1.7. Прыжки и движения прыжкового характера – в различных ритмических рисунках и темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону; с одновременным движением головы и рук. Исполнение по одному/ в паре/ ансамбле. Амплитуда прыжка у мальчиков и девочек разная.

2. Танцевальные элементы.

- 2.1. Элементы танца соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее разученные и осваиваются новые варианты.

Полька (подскок, три шага)

Приставной шаг – в характере озорного, подвижного танца, а также, лирического, нежного танца; самостоятельно и в сочетании с хлопками, притопами и другими танцевальными движениями.

- 2.2. Элементы народного танца – «ковырялочка», «веревочка», «моталочка»: тройной ход с последующим ударом стопы в пол, припадания.
- 2.3. Вальсовая дорожка.
- 2.4. Движения для мальчиков – полуприсядки, присядки.

3. Ориентация в пространстве.

Освоение продвижения в различных рисунках композиций, по одному, в паре: с перестроениями (переходами) из кругового рисунка в линейный и наоборот. Изображение объемности рисунка и его выразительности. Освоение новых рисунков: «корзиночка» «улитка».

4. Упражнения на полу.

Объединение упражнений в небольшие комбинации, из которых составляется целый игрокомплекс. Направление упражнений на развитие выносливости, силы ног, рук, подвижности корпуса, координации. Сотворчество взрослого и ребенка в процессе сочинения упражнений.

5. Слушание музыки.

Обогащение музыкального репертуара как развивающих упражнений, так и ритмопластических композиций. Слушание осуществляется в процессе изучения программного материала. Активизация детей – прослушивание законченных произведений с последующим активным обсуждением их структуры настроения, характера.

6. Танцы.

Ранее изученные и новые, парные, парно-массовые, индивидуальные; отдельные для мальчиков и девочек; танцевальные миниатюры, картинки, сценки.

7. Этюды и игры.

Сюжетно-ролевые, образные, на основе ритмопластических упражнений, танцевальных элементов, основных движений народных и

программных танцев. Креативное использование различной атрибутики и деталей костюмов для выразительности передачи.

Показатели развития:

- ✓ Исполнение движений, танцев, игр и этюдов по их названию;
- ✓ активное участие в составлении упражнений, композиций, этюдов; инициативность в процессе распределения ролей;
- ✓ ощущение чувства удовольствия от качественного исполнения движений;
- ✓ владение разнообразными навыками исполнения ритмопластических движений;
- ✓ умение распределить ритмопластическое действие в определенных рисунках танца;
- ✓ свобода в перемещении из рисунка в рисунок;
- ✓ осознание своей роли в парном танце (девочки и мальчики);
- ✓ проявление интереса к вариантам общения друг с другом через ритмопластическое действие, смену образности;

Распределение музыкального репертуара

II. Музыкально-ритмические композиции

«Детский сад» муз. А. Варламова»; «Аквариум» муз. К.Сен-Санса; «Кошки-мышки»; «Веселые дети»; «Ку-ку» муз. А. Ермолаева; «Осеннее настроение» муз. К. Сфирса; «Кошки и коты» муз. А. Варламова; «Рождественская звезда» муз. В.Моцарта; «Снежный танец» муз. Р. Квинты; «Хлопайте в ладоши» муз. Е. зарицкой; «Танец радости» муз. Я. Соколовой; «Солнечный танец»; муз А. Ермолова; «Весеннее настроение» муз. В. Косьмы; «Солнечная ламбада» муз. Н. Тимофеевой; «Море» муз. Дидюля; «Это Новый год» муз. Т.Залужной; «Танец Эльфов» муз. по выбору педагога; Танец «Метелица» муз. А. Рыбникова; «Радужный танец» муз. Н. Зарецкой; «Валентинки» муз. Е.Зарецкой; «Мамочка» Е. Зхарицкой; Танец «Халахуп» муз. по выбору перагога; «Цветочная поляна» муз. Ируми; «Прощание с игрушками»

муз. А. Варламова; «Полонез» муз. Шопена; «Менуэт» муз. Л. Боккерини; «Танец тройками»; муз. по выбору педагога; «Танец озорных стрелок» муз. А. Варламова; «Шухарята» муз. по выбору педагога; «Танец с лентами» муз. по выбору.

III. Музыкальные игры.

«Игра с мячом» (берлинская полька); «Жучки и бабочки» муз. Ф.Шуберта; «Зверюшки наострили ушки»; муз. А. Варламова; «Магазин игрушек» муз. А. Филиппенко; «На корабле» муз. О. Газманова; «Сказочное заклинание» муз. по выбору педагога; «В саду» муз. по выбору педагога; «Солнце и цветочки» муз. по выбору педагога; «Баба Яга» муз. С. Насауленко; «Зимушка» муз. С. Насауленко; «Солнечные зайчики» муз. М. Картушиной; «Принц и принцесса» музыка по выбору педагога; «Паучок и мушка» муз. М. Картушиной; «Обезьянки и тигр» муз. С. Насауленко; «Ветер северный» муз. М. Картушиной; «Шапочка аиста» муз. А. Филиппенка; «Звездочет» муз. С. Насауленко; «Магазин игрушек» муз. А. Филиппенко; «Аист и лягушки» муз. С. Насауленко; «Дразнилка» муз. С. Насауленко.

IV. Творческие задания и этюды.

«Осенний пейзаж» муз. по выбору педагога; «Дождливо» муз. Ф. Шопена; «Мы рисуем дождь» муз. А. Ермоловой; «Пластический этюд с обручами» муз. П. Мореа; «Зимняя картинка» (амер. нар. мел.); «Вальс снежных хлопьев» муз. П. Чайковского; «Сосульки» муз. по выбору педагога; «Жаворонок» муз. П. Мореа; «Подводное царство» муз. А. Вивальди; «Мы – герои сказок» муз. по выбору педагога; «Ранняя весна» муз. по выбору педагога; «Солнышко и лучики» муз. по выбору педагога.

Практические достижения освоений программы отражаются в различных видах массовых мероприятий музыкально-эстетического цикла. При участии в различных тематических развлечениях, праздниках, фестивалях детского

творчества дети используют не только полученные двигательные навыки, но и демонстрируют совместную, сплоченную деятельность в творческом коллективе в демонстрации способности выразительно исполнять движения, в передаче образности танца, техники и эмоциональности исполнения в соответствии с характером и стилем музыкального и танцевального произведения.

Информационное обеспечение:

Литература, использованная при подготовке программы:

1. Азбука танцев / Авт. – сост. Е. В. Диниц, Д. А. Ермаков, О. В. Иванникова. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М., 1993.
3. Барышникова, Т. С. Азбука хореографии: учебное пособие – М.: Книга, 1999.
4. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. – СПб. Лоиро, 2000.
6. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии: учебник для вузов. – М.: Союз, 1997.
7. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина – 4-е изд. - М.: Айрис-Пресс, 2008
8. Запорожец АВ. Развитие произвольных движений. - М., 1960.
9. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. – 1961
10. Конорова Е. Н. «Хореографическая работа со школьниками» / Е. Н. Конорова, С-Пб., 1998 г.
11. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
12. Костровицкая В. Л. «Сто уроков классического танца» / В. Л. Костровицкая - С-Пб., 1999 г.
13. Крюкова, С. В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие / С. В. Крюкова, Н. П. Слободняк. - М.: Генезис, 1999.
14. Лисицкая Т. Пластика, ритм. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
15. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
16. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия, 1999.

17. Розенбаум Д.А. Когнитивная психология и управление движением: сходство между вербальным и моторным воспроизведением / / Управление движениями. - М., 1990.
18. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 1989.
19. Руднева с.д., Пасынкова АВ. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения / / Психологический журнал. - 1982.
20. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. – М., 2001.
21. Теплов Б.М. Избранные труды. Т. 1: Психология музыкальных способностей. М., 1985.17.
22. Урунтаева Г. “Дошкольная психология”, М., 1996 г.
23. Фарфель В.С. Развитие движений у детей школьного возраста. — М., 1959.

Литература, рекомендованная педагогам:

1. Ахметова, Д.З. Теория и методика воспитания: учебное пособие / Д. З. Ахметова, В. Ф. Габдулхаков. – Казань: Познание, 2007. –
2. Бекина С. и др. “Музыка и движение”, М., Просвещение, 1984 г.
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М.,1966.
4. Богаткова Л. Танцы для детей. – М., 1959.
5. Бондаренко Л. “Методика хореографической работы в школе”, Киев, 1998 г.
6. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997.
7. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967.
8. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 1985.
9. Выготский Л.С. Психология искусства - М.,1986.

10. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб - 1922.
11. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
12. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 1961.
13. Конорова Е. “Хореографическая работа со школьниками”, С-Пб., 1998
14. Костровицкая В. “Сто уроков классического танца”, С-Пб., 1999
15. Кречмер Ф. Строение тела и характер. - М., 1995
16. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
17. Кряжева, Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5 – 7 лет: практ. пособие / Н. Л. Кряжева. - Ярославль: Академия развития, 2000. 17.
18. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия, 1999.
19. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997.
20. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
21. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем играем, танцуем дома и в саду. – Ярославль, 1996.
22. Музыка и движение / авт.-сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – М.: Просвещение, 1983. – 208 с.
23. Раевская Е., Соболева Г., Ушакова З. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. – СПб., 1999.
24. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
25. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. – СПб.: Детство-пресс, 2007. –
26. Фокина, Е. Н. Хореографическое искусство как составляющая мировой культуры. Актуальные проблемы преподавания мировой культуры и глобализация образовательных процессов / Е. Н. Фокина. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.

27. Фокина, Е.Н. Влияние эстетического содержания образования на формирование общей культуры личности. Культурологические традиции российского образования и перспективы их развития в начале третьего тысячелетия: практ. пособие / Е. Н. Фокина. – Тюмень: ТюмГУ, 2009.
28. Хризман, Т. П. Эмоции, речь и активность мозга ребенка: учебник / Т. П. Хризман, В. Д. Еремеева. – М.: Просвещение, 1991
29. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998
30. Шевченко Ю. С. Музыкаотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. - М., 1995.
31. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976.

Интернет ресурсы

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru
3. www.tangodance.by
4. www.youtube.com

Приложение 1

Описание основных позиций и танцевальных движений для дошкольников

Исходные позиции ног

Основная стойка – пятки вместе, носки врозь. Для детей старшего возраста носки ног максимально развернуты в стороны (в хореографии – 1-я позиция), для младшего возраста – под углом 450 («домиком»).

«Узкая дорожка» - пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп) в хореографии – 6-я позиция.

«Широкая дорожка» - ступни ног – на ширине плеч, параллельны.

Сесть на колени – низко опустившись, сесть на оба колена. Колени крепко прижаты к полу.

Для старшего возраста:

2-я позиция – ноги на ширине плеч, только носки ног максимально развернуты в стороны.

3-я позиция – опорная нога ставится под углом 450, пятка неопорной ноги приставляется спереди к середине ступни опорной ноги, тоже под углом 450.

4-я позиция – опорная нога ставится так же, как в 3-й позиции. Неопорная нога выставляется вперед на длину небольшого шага под углом 450.

Находясь в любой их вышеописанных позиций, ноги следует держать прямыми, ягодичные мышцы напряженными, спину прямой, живот подтянутым, тяжесть тела равномерно распределить на обе стопы, опираясь на пальцы. Полной выворотности стопы в позициях от дошкольников требовать не надо. Достаточно, если носки ног будут развернуты под прямым углом.

Исходные позиции рук

Внизу – руки опущены вдоль тела.

Впереди – руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу).

Вверху – руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная.

В стороны – плечи и руки составляют одну прямую линию.

Руки могут быть открытыми – ладони вверх («к солнышку»).

Руки могут быть закрытыми – ладони вниз (смотрят в пол).

«Поясок» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди. Плечи и локти слегка отведены назад.

«Кулачки на бочок» - пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

«Полочка» - руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).

«Матрешка» - руки (полочкой), указательный палец правой (левой) руки делает «ямочку» на одноименной щеке. Левая (правая) ладонь поддерживает локоть другой руки и чуть отведена вперед (на весу).

«Юбочка» - большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны – вверх.

«Фартучек» - щепотью прихватить с обеих сторон перед юбочки и приподнять вверх.

За спиной – руки соединены за спиной чуть ниже талии. Ладонь левой руки тыльной стороной лежит в правой ладони. Пальцы слегка сжаты, плечи и локти сведены назад.

Позиции рук в парах

Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):

«Стрелка» - руки соединены в позиции «Вперед» от величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«Воротики» - руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«Плетень» - руки соединены крест-накрест.

«Бантик» - то же, но локти округлены и приподняты вперед - вверх, руки не напряжены.

«Саночки» - мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны):

«Бараночка» - одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки в любой из перечисленных позиций.

«Вертушка» - одноименные руки соединены в позиции «Вверх».

Кружиться вертушкой – соединив руки в позиции «Вертушка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«Звездочка» (трое и больше детей) – стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции «Вверх».

Кружиться звездочкой – соединив руки в позиции «Звездочка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«Двойной поясok» - если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот. Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

Дети стоят лицом друг к другу:

«Лодочка» - руки соединены в позиции «В стороны». Они раскрыты на уровне груди.

«Воротики» (узкие) – руки соединены вверху, (широкие) – в стороны - вверх.

Движения рук

«Ветерок» - плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

«Ленточки» - поочередные плавные движения правой и левой рук вверх-вниз перед собой.

«Крылья» - плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук-«крыльев» локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

«Поющие руки» - из положения «В стороны» мягким движением кисти направляются навстречу друг другу, словно собирая перед собой упругий воздух. Так же пластично руки разводятся в стороны. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад.

«Моторчик» - руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно.

Хлопки

«Ладушки» - хлопки ладонями впереди или сзади (за спиной) выполняются свободными, не напряженными, согнутыми в локтях руками, двигающимися навстречу друг другу.

«Блинчики» - на «раз» - удар правой ладонью по левой, на «два» - наоборот (кисти расслаблены, стаккато), с поворотом кисти.

Хлопки могут быть громкими или тихими, в зависимости от динамики музыкального образа.

«Тарелочки» - младший возраст – «отряхни ладошки», старший возраст – ладони обеих рук имитируют скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука – снизу вверх.

«Бубен» - левая ладонь опорная (как бы крышка бубна, пальцы правой руки ударяют по ней. Опорную руку менять. Удар сильный.

«Колокола» - активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук. Для этого движения необходима полная свобода верхнего плечевого пояса.

«Колокольчики» - мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Удары легкие, негромкие. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону-вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого ушка или около левого.

«Ловим комариков» - легкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, вверху и внизу согнутыми в локтях руками.

Хлопки в парах:

«Стенка» - ладони согнутых в локтях (вперед) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми.

«Большой бубен» - поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями.

«Крестики» - техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).

Виды шага

Спокойная ходьба (прогулка) – шаг начинается с носка вытянутой правой (левой) ноги, носок развернут в сторону. Амплитуда и длина шага небольшая. Движение рук произвольное (могут быть в любой позиции).

Шаг на всей ступне (топающий) – выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ставятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках» руки можно поставить кулачками на пояс.

Хороводный шаг – этот вид шага используется в хороводах. Отличается от простого шага большой плавностью и устремленностью. Устремленный характер придают движению хорошая осанка, приподнятая голова. Движение связано с музыкой неторопливого, спокойного содержания.

Приставной хороводный шаг (без смены опорной ноги) – на «раз» - небольшой шаг с носка правой (левой) ноги, на «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной и т. д.

Приставной хороводный шаг (с поочередной сменой опорной ноги) – ритмический рисунок шага: 2 восьмые, четверть. На «раз»- длинный шаг с носка правой (левой) ноги, и на «и» - приставление левого (правого) носка к пятке опорной ноги. На «два» - шаг на месте с правой (левой) ноги. На следующий такт движение с другой ноги.

Шаг кадрили – на «раз» - шаг правой (левой) ногой, на «два» - легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Неопорная нога

после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг можно выполнять с легким полуприседанием на счет «два».

Высокий шаг – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

Шаг с притопом на месте – на «раз» делают шаг на месте левой ногой рядом с правой; на «два» - притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» - шаг на месте правой, ставя ее рядом с левой; на «два» - притоп левой впереди правой; все повторяется сначала. Акцент постоянно падает на притоп (на «два»).

Переменный шаг – выполняется на 2 такта в двухдольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага – хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта – длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта – три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

Боковой приставной шаг – на «раз» - вправо (влево), на «два» - левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

Боковое припадание – на «раз» - боковой шаг с носка правой (левой) ноги, колено сгибается (как бы маленькое приседание). На «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной сзади, одновременно колено правой (левой) ноги выпрямляется. Элемент «припадания» можно выполнять и на месте в «точке» или с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Шаг на носках:

Пружинящий шаг – это «пружинка» с продвижением на всей ступне.

Крадущийся шаг – это «пружинка» с продвижением на подушечках и низких полупальцах (образ куклы, балерины и т. д.). движение выполняется только в подготовительной группе.

Боковой шаг («крестик») – на «раз» - шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» - перед ней накрест ставится левая (правая) нога.

Шаг окрестный вперед-назад («косичка») – хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45° вправо или влево а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

Семенящий шаг («плавающий») – плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются только подъемы ног. Исполняется в старшем возрасте.

Прыжки

На одной ноге:

«Точка» - исходное положение ног – основная стойка, руки в любой позиции. После толчка, приземлиться в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога (неопорная) согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу менять.

«Часики» - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 360°.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

«Лесенка» - техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки).

«Заборчик» - боковой прыжок вправо (на правой) или влево (на левой ноге). Сколько дощечек в заборе, столько и прыжков.

«Солнышко» - техника та же, что и в «точке», только продвигаясь по окружности любого диаметра («вокруг солнышка»).

На двух ногах:

Подскок – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполнять его можно на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Прыжки с отбрасыванием ног назад – на «раз» - прыжок-«точка» опорной ногой, одновременно неопорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад, пяткой кверху. Неопорная нога может удерживаться на весу или ставиться сзади на носок пяткой кверху. На «два» - смена опорной ноги.

«Веселые ножки» (прыжки с выбрасыванием ног вперед) – то правая, то левая нога поочередно часто выбрасываются вперед, как бы хвалясь перед зрителями. Носочек ноги направлен вниз, к полу. Руки – в стороны, ладони смотрят вперед внутренней стороной.

«Качалочка» - исходное положение – ноги вместе. Затем правая нога выносится чуть вперед и как бы толкает левую ногу назад, затем снова выносится вперед, а левая возвращается на место. Движение повторяется непрерывно.

«Ножницы» - на «раз» - толчок, разведение ног в стороны и приземление в позицию «Широкая дорожка». На «два» - толчок и скрещивание ног в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).

«Крестик» - на «раз» - толчок и скрещивание ног в «точке» (правая нога впереди), на «два» - то же самое, только впереди левая нога.

«Метелочка» - то же, что и «качалочка», только со сменой ног.

Боковой галоп – то же, что и боковой приставной шаг, только на прыжке.

Галоп вперед – техника та же, только продвижение не в сторону, а вперед. На «раз» - толчок и правая (левая) нога выносится вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. На «два» - повторение.

«Веребочка» - на «раз» - прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносится вперед. На «два» - все повторяется правой (левой) ноги. Этот прыжок можно выполнять как на месте, так и с продвижением вперед.

Танцевальные движения

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» - дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

«Качель большая» – то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

«Пружинка» - стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина – прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»).в этом случае колени ног не разводятся.

Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

«Три притопа» (исходное положение – «Узкая дорожка») – на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

Притоп поочередно двумя ногами – техника та же, только на «раз, и» - притоп правой (левой) ногой, а на «два, и» - левой (правой) ногой.

Притоп в сочетании с «точкой» - пяткой, носком неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

Приседание – техника та же, только на «раз» - приседание, на «два» - возвращение в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

Полуприседание – выполняется в сочетании с «точкой» - каблуком или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага вперед.

Полуприседание с поворотом корпуса – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

«Ковырялочка»:

1-й вариант: правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте – три притопа.

2-й вариант: правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок невыворотом (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

«Распашонка» - на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверх. На «два» - выпрямиться и поставить правую (левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая – в сторону-вниз, левая – в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

«Самоварчик» - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

«Елочка» - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45°. на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

«Большая гармошка» - ноги вместе. На «раз» - разведение носков в стороны, на «два» - разведение пяток, на «три» - снова разведение носков и на «четыре» – разведение пяток. Затем возвращение в исходное положение в таком же порядке.

«Топотушки» - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топтать ногами на месте.

«Рычажок» - ноги на «узкой дорожке». На «раз» - правая рука сгибается в локте и рукой достает вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» - в исходное положение.

Все на «пружинке».

Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

«Расческа» - дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т. д.

2-й вариант: первая шеренга идет назад, одновременно вторая – движется вперед. Проходя друг через друга – шеренги меняются местами.

«Играть платочком» - держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимать поочередно то один, то другой уголок платочка.

Перестроения

Колонна – дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Шеренга – дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Цепочка – дети стоят вполборота друг за другом, держась за руки.

Основные построения в танце.

Колонна – группа исполнителей, стоящих друг за другом в затылок.

Круг - стоят в кругу, повернувшись лицом к центру или спиной к центру, или дру за другом в затылок.

Хоровод – стоят в кругу взявшись за руки.

Цепочка – группа исполнителей, стоящих в колонне взявшись за руки.

Шеренга – стоящих плечом к плечу лицом в одну сторону.

Направление движения в танце.

Линия танца – против часовой стрелки.

Против линии танца – по часовой стрелке.

По диагонали

Из кулисы в кулису.

Через середину – слева – направо и наоборот.

Противоходом (в кругах, колоннах, цепочках)

Змейкой

Гребенкой

Композиционные построения

Врассыпную

Круг

Кружочки

Парами по кругу

Тройками по кругу

Две шеренги

Парами в шеренгах

Клин

Открытый треугольник

Четыре шеренги

Звездочки

Карусель

Закрытый треугольник

Концентрические круги

Змейка (по вертикали, по горизонтали)

Приложение 2

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 опереться 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 коврикe, 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.

Приложение 3

Создание, постановка и запись танца.

Создание танца

Многие музыкальные руководители самостоятельно создают интересные танцы. Между тем, они зачастую не могут практически воплотить свои замыслы в соответствующую форму.

1. Приступая к созданию того или иного танца, руководитель должен, прежде всего, выбрать интересный сюжет.

2. Если создается народный танец, необходимо сохранить его народный колорит в то же время подобрать такие формы и элементы движений, которые были бы доступны для исполнения детьми. Народный танец рекомендуется создавать с элементами игры.

3. Выбрав сюжет и определив характер танца, подбирают к нему музыкальное сопровождение. Замысел хореографического произведения, его содержание и настроение должны соответствовать музыке. Бывают случаи, когда неудачно подобранная музыка снижает качество хорошо задуманного танца.

4. Лучше всего подбирать для постановки законченное музыкальное произведение. При этом не рекомендуется увлекаться большим количеством разнообразных мелодий, так как это лишает музыкальное сопровождение единого содержания, необходимого для танца.

5. В каждой постановке должны быть предусмотрены такие разделы: завязка, развитие танцевального действия, кульминация танца и развязка.

6. После подготовительной работы постановщик приступает к созданию композиции танца – его рисунка и подбора движений. При этом нужно следить за тем, чтобы начало музыкальной фразы совпадало с началом нового построения. Это не значит, что построения должны меняться на каждую музыкальную фразу. Их смена зависит от замысла руководителя.

7. Работая над подбором соответствующего музыкального сопровождения, над общей композицией, нужно представлять себе будущий

танец во всех его деталях: характер, развитие действия, отдельные построения, переходы, движения.

8. Различные фигуры (круг, звездочки, линии и т. д.) исполняются на 1-8 тактов, причем последние два такта, а иногда и целая музыкальная фраза могут служить перестроением к новой фигуре.

9. Каждый танец имеет определенную продолжительность. От 1 –й до 4 –х минут, в зависимости от возраста участников танца. Это нужно помнить в процессе работы над созданием танца, т. к. продолжительный танец утомляет зрителей и исполнителей, становится однообразным и неинтересным.

Постановка танца

1. Перед тем, как приступить к постановке того или иного танца, нужно хорошо усвоить его содержание и характер, а также в совершенстве изучить все его движения.

2. Приступая к разучиванию народного танца, руководитель кратко рассказывает юным исполнителям его содержание, предлагает послушать музыку, показывает эскизы костюмы и оформления.

3. Только после этого можно приступить к постановке. Прежде всего, дети разучивают под музыку все движения, из которых состоит танец.

4. Если танцевальные движения сложны, лучше всего разучивать вначале движения ног, а затем постепенно отрабатывать их совместно с движениями рук, головы, корпуса.

5. Для одновременного и точного исполнения движений под музыку руководитель сначала громко и четко произносит «и» (счет последней восьмой такта), музыкальный руководитель начинает играть (или включается фонограмма), и дети исполняют предложенные движения.

6. Когда все движения танца изучены, можно приступать к разучиванию фигур и построений. Сначала разучивают вступление к танцу, затем одну-две фигуры (в зависимости от их сложности). Разучивание по частям повторяется два-три раза. В это время руководитель делает соответствующие замечания

детям, исправляет их ошибки. Далее разучивают следующие фигуры, каждую отдельно.

7. Если одна часть танца очень сложна для исполнителей или очень проста, руководитель может изменить фигуры или движения, не изменяя композиции танца в целом.

8. Закончив постановочную работу, руководитель два-три раза повторяет с детьми разученную часть танца, не делая им никаких замечаний. Это помогает лучше запомнить последовательность построений и движений.

9. После того, как танец разучен, отрабатываются его отдельные части. Для этого танец повторяют с остановками. Руководитель указывает исполнителю на ошибки и помогает их исправить.

10. Когда дети хорошо усвоили все танцевальные движения, заполнили последовательность и чередование фигур, можно приступать к окончательной отработке танца.

11. В массовых танцах следует добиваться согласованности, единства исполнения. Необходимо также внимательно следить за тем, чтобы рисунок танца (круг, линии, колонны, звездочки и т. д.) исполнялся ровно и четко, расстояние между всеми танцующими должно быть одинаковым, все групповые движения нужно исполнять одновременно.

12. Закончив общую постановку танца, следует работать над его выразительностью, правильной манерой исполнения, характерными для данного танца движениями ног, рук, корпуса и головы.

13. Руководитель должен добиваться исполнения танца с определенным настроением (весело, бодро, лирично) в зависимости от его содержания.

14. Когда танец закончен,, необходимо научить детей не оставлять площадку зала сразу же после окончания танца, а несколько секунд постоять на месте, поклониться зрителям и организованно пойти на свои места.

Запись танца

В помощь музыкальным руководителям, хореографам издаются репертуарные сборники с записью танцев. Они знакомят руководителей с разными народными танцами, с их основными движениями и построениями.

Запись танца, обычно состоит из четырех частей.

1. В первой части – описывается содержание танца, его характерные особенности, манера исполнения, костюмы, количество исполнителей.

2. Во второй – дана композиция танца с указанием движений и рисунка, количества тактов в каждой фигуре.

3. В третьей – описаны танцевальные движения.

4. В четвертой – музыкальное сопровождение с указанием размера, темпа.

5. В чертежах и схемах употребляются такие условные обозначения:

Мальчики: лицо < спина

Девочки: лицо (спина

6. Направление движения танцующих обозначается стрелкой, путь продвижения – пунктиром.

7. Для облегчения разбора композиции танца к записи прилагаются чертежи и рисунки, которые помогают правильно понять направление движения исполнителей, их построение на сцене.

8. Танцевальные движения описываются в сочетании с музыкой. Музыка к каждому танцу имеет свой размер. Если размер 2/4, то его счет будет: «раз», «два»; 3/4 - «раз», «два», «три»; 4/4 – «раз», «два», «три», «четыре». Четверть состоит из двух восьмых. Поэтому каждая вторая восьмая определяется на счет «и».

9. В описании движений указывается, на какую четверть или восьмую долю такта исполняется танцевальное движение.

10. Если движение начинается на затакт, то оно называется затактовым. Например, полька с продвижением вперед. Музыкальный размер 2/4. затакт – подскок на левой ноге, правую ногу вынести вперед и слегка приподнять. На «раз-и», «два» - переступить правой, левой, правой ногой вперед и слегка

поднять левую ногу над полом. Но «и» - подскок на правой ноге, левую ногу вынести вперед и т. д.

11. В описании каждого танцевального движения, при записи танцев, определяется исходное положение ноги, с которой начинается движение.

12. Начиная разбирать запись танца, руководитель должен внимательно прочитать вступительную часть и описание танца, ясно представить себе его содержание, затем разобрать запись всех танцевальных движений, из которых состоит танец.

13. Изучив все движения, можно приступить к разбору композиции танца. Для этого желательно сделать схему танца: разделить лист бумаги на две части, слева условными обозначениями записать продвижение участников по сцене (рисунок танца), а справа – название танцевальных движений и количество тактов музыки. Такая рабочая схема дает полное представление о направлении продвижения танцующих.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Актуальность программы	6
Новизна программы	7
Практическая значимость программы	7
Цели обучения	8
Задачи обучения	8
Принципы обучения	11
Структура содержания программы	12
Формы, методы и приёмы обучения	14
Формы образовательной деятельности	14
Модель занятия	15
Методы и приёмы обучения	16
Планируемые результаты освоения программы	18
Контроль и оценка	19
Критерии оценивания	22
Учебно-тематический план	30
Распределение образовательного материала	34
Первый год обучения	34
Второй год обучения	38
Третий год обучения	42
Введение в страноведение	48
Литература, использованная при подготовке программы	54
Литература, рекомендованная для педагогов	55
Интернет ресурсы	57
<i>Приложение 1. Описание основных позиций и танцевальных движений дошкольников</i>	58
<i>Приложение 2. Партерная гимнастика</i>	70
<i>Приложение 3. Создание, постановка и запись танца</i>	75