

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Промышленновский детский сад №1 «Рябинка»**

СОГЛАСОВАНО
на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 29.08.2024г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ д/с №1 «Рябинка»
_____ Л.П. Щеглова
Приказ № 228 от 29.08.2024г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Мы любим танцевать»
для работы с одаренными детьми 6 - 8 лет
на 2024 – 2025 учебный год**

Составитель:
Акулова Любовь Васильевна

Промышленновский муниципальный округ, 2024 г.

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно – тематический план для детей 6-8 лет	5
3. Содержание тем учебного курса	6
4. Планируемые результаты, освоения программы	15
5. Диагностический инструментарий	16
6. Информационно – методическое обеспечение	19
7. Приложение 1. Логоритмика. Упражнение и стихи	22
8. Приложение 2. Сюжетно образные танцы	32
9. Приложение 3. Музыкальные игры	37

"Какое счастье обладать чувством темпа и ритма.

Как важно смолоду позаботиться о его развитии... "

Станиславский К.С.

I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа педагога дополнительного образования подготовительной группы «Фантазеры». Программа «Мы любим танцевать» для работы с одаренными детьми 6 – 8 лет, составлена на основе Основной образовательной программы МБДОУ д/с №1 «Рябинка».

Разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО).

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

– Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»

– распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);

– федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

– Устав МБДОУ д/с № 1 «Рябинка»;

– Программа развития МБДОУ д/с № 1 «Рябинка».

Сегодня мы наблюдаем особый интерес к теории и практике музыкального движения. И, наверное, это не случайно. Очевидно, назрела потребность в широком,

универсальном использовании этого вида деятельности, который можно рассматривать и как искусство, и как педагогический метод развития музыкальности.

Проблема заключается в том, что до сих пор музыкальное движение использовалось как средство развития музыкальности и двигательных способностей ребенка, развития творческого потенциала личности. Однако не любое движение под музыку можно назвать «музыкальным движением», т.к. часто музыка используется лишь как фон, либо только как регулятор темпоритма. Требовался ответ на вопрос, с помощью каких средств и механизмов можно развивать двигательную активность ребенка.

Созданная Бурениной программа движения под музыку «Ритмическая мозаика» дает ответ на поставленную проблему, а именно, музыкальное движение предполагает полное сливание движений с музыкой, ее пластическое и пространственное воплощение. Огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики. Основная направленность программы «Мы любим танцевать» по ритмопластике – психологическое раскрепощение ребенка через освоение собственного тела как выразительного «музыкального» инструмента. «Ритмическая пластика» - это разнообразные музыкально - ритмические композиции, направленные на развитие у детей музыкального слуха, двигательных умений, творческих способностей.

В репертуаре программы «Мы любим танцевать» общеразвивающие упражнения, игры, этюды, танцы, фольклорные пляски. Система занятий предполагает постепенное усложнение заданий: от подражания, к самостоятельности и наконец, к творчеству.

На первоначальном этапе работы педагог двигается вместе с детьми и, опираясь на способность дошкольников к подражанию, стимулирует развитие у них музыкального восприятия, а также различных двигательных умений. Постепенно, дети осваивают ритмические упражнения и у них формируется умение исполнять их самостоятельно, без показа. Как правило, дети сами исполняют танцы на праздничных утренниках, тематических занятиях. Все движения, которые дети уже освоили, включаются в игры, музыкальные импровизации. Свобода владения собственным телом, умение слушать и понимать искусство звуков, выражать музыкальный образ в пластике, доставляет ребенку огромную радость и удовольствие. В творческом развитии детей сотрудничество с взрослыми, играет очень важную роль.

1-ая особенность данной программы – ориентация не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога, потому что успех в музыкально-ритмическом развитии детей зависит в первую очередь от того, насколько сам педагог увлечен движением под музыку и владеет выразительным движением.

2-ая особенность – это использование в качестве музыкального сопровождения целостного произведения, а не отрывками по 8-16 тактов.

3-я особенность – это акцентирование внимания педагогов не столько на формировании двигательных умений ребенка, сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Самое главное не столько результат деятельности, отточенность движения в пляске, сколько сам процесс движения доставляющий радость.

Важно, чтобы действия взрослого были направлены на то, чтобы дать возможность ребенку почувствовать уверенность в своих силах и побудить его к творческому самовыражению под музыку.

Основная цель – психологическое раскрепощение каждого ребенка.

Задачи обучения и воспитания детей.

- Развитие музыкальности: развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание; развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства ритма; развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков; развитие музыкальной памяти.

- Развитие двигательных качеств и умений: развитие ловкости, точности, координации движений; развитие гибкости и пластичности; воспитание выносливости, развитие силы;

формирование правильной осанки, красивой походки; развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

- Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку: развитие творческого воображения и фантазии; развитие способности к импровизации: в движении в изобразительной деятельности, в слове.

- Развитие и тренировка психических процессов: развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Все эти задачи педагог реализует в процессе творческого общения с детьми в различных формах работы – на занятиях, в свободных играх, при подготовке и проведении развлечений и праздников, в процессе индивидуального общения с ребенком и т.д.

К концу учебного года ребенок подготовительного возраста (6-8 лет) может:

- выражать в движении характер музыки и ее настроение;
- передавать основные средства музыкальной выразительности;
- различать жанр произведения;
- передавать в пластике музыкальный образ, используя следующие виды движений:
- основные,
- общеразвивающие упражнения,
- имитационные и плясовые движения;
- ориентироваться в пространстве.

Занятие состоит из 4-х частей:

Вводная часть:

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

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

Основная часть занятия: партерная гимнастика разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных. Разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть: музыкальная игра построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

II. Учебно - тематический план для детей 6-8 лет.

№	Месяц/Тема	Сен- тябрь	Ок- тябрь	Но- ябрь	Де- кабрь	Ян- варь	Фев- раль	Март	Ап- рель	Май
1.	Осеннее настроение в музыке и пластике	2ч								
2.	Разучивание танцевальных движений	1ч	2ч	2ч	2ч	2ч	2ч	3ч		
3.	Композиции физкультурной направленности		2ч							
4.	Парные танцы			2ч						
5.	Здравствуй, зима				1ч					
6.	Играем и танцуем	1ч			1ч	2ч	2ч			1ч

7.	Здравствуй, весна							1ч		
8.	Чему мы научились (мы выросли)								4ч	3ч
	Итого в месяц:	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч
	Всего занятий в год:	36часов								

III. Содержание тем учебного курса для детей 6-8 лет

Сентябрь

Тема: «Осеннее настроение в музыке и пластике»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 06.09.24	Перестроение: В две линейки, в общий круг, в маленькие круги (без музыки) Танцевальная композиция с осенними листочками: «Разноцветная осень»	Формировать умение легко перестраиваться, ориентироваться в пространстве зала. Вызвать интерес к танцу. Продолжать развивать умение двигаться с предметами в характере музыки.
2-я Неделя 13.09.24	Разминка под музыку: «Антошка» муз. В.Шаинский Танцевальная композиция с осенними листочками: «Разноцветная осень»	Тренировать детей в выполнении ритмических упражнений под веселую музыку в подвижном темпе. Развивать внимание и ловкость. Закреплять «рисунок» танца. Побуждать к выразительному исполнению. В легких, плавных движениях воплощать нежный, воздушный, летящий образ осенней природы.

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
3-я Неделя 20.09.24	Разминка под «Марш» Г. Свиридова (ритмопластика) Упражнение: «Дружные звери» (слоны, обезьяны, медведи) Музыкальная игра: «Ой, ниточка тоненькая»	Тренировать детей в выполнении четкого, бодрого шага. Вызвать положительные эмоции от веселой игры. Развивать внимание, выдержку, ловкость. Побуждать к активному, самостоятельному движению под веселую музыку, передавая ее настроение в движении.

Тема: «Играем и танцуем»

	Репертуар	Задачи
4-я Неделя 27.09.24	Разминка (марш) под музыку «Вместе весело шагать» В.Шаинский Музыкальная игра: «Веселая шляпа», «Веселый паровоз» Игротанец: «Привет, как дела?» (за 27.09.21)	Закреплять навыки движений легким подскоком и бодрым шагом. Добиваться музыкальности и ритмичности движений. Побуждать детей к самостоятельной деятельности. Двигаться в соответствии с изменениями в музыке. Способствовать развитию воображения, фантазии,

		выразительности движений. Формировать умение быстро переключаться от одного движения к другому. Закреплять «Рисунок» танца.
--	--	---

Октябрь

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 04.10.24	Разминка «Топотуха» Музыкальная игра: «Ой, ниточка тоненькая» «Улыбка» В.Шаинский (ритмопластика)	Продолжать тренировать основные группы мышц. Продолжать развивать чувство ритма, активизировать внимание детей. Продолжать развивать умение двигаться слаженно, в темпе и характере музыки. Развивать умение исполнять танцевальные движения под веселую, подвижную музыку.
2-я Неделя 11.10.24	Повторение знакомых образно-игровых разминок: «Кот Леопольд», «Мамонтенок» Коммуникативные танцы-игры: «Найди дружочка».	Работать над выразительностью движений. Развивать умение взаимодействовать в паре. Развитие музыкальной памяти, обогащение музыкально-слуховых представлений.

Тема: «Композиции физкультурной направленности»

	Репертуар	Задачи
3-я Неделя 18.10.24	Разминка: «Малышарики» (ритмопластика) Разминка: «Топотуха» Разминка «Коротышки».	Продолжать развивать музыкальный слух, координацию движений, умение замедлять и ускорять движения. Развивать гибкость и пластичность всего тела. Работать над правильным дыханием во время движения.
4-я Неделя 24.10.24	Разминка: «Малышарики» (ритмопластика) Разминка: «Топотуха» Разминка «Коротышки». Ритмическая игра: «Эхо» (хлопки, притопы...)	Совершенствовать умение ускорять и замедлять движения в соответствии с темпом музыки. Развивать выразительность и эмоциональность движения. Продолжать работу над четким, ритмичным движением в соответствии с текстом. Развивать чувство ритма, умение самостоятельно придумывать ритмический рисунок.

Ноябрь

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 01.11.24	Разминка: «Топотуха» Музыкально – танцевальная игра под русскую народную музыку «Ой, ниточка тоненькая». Словесно – двигательная игра: «Скок, скок сапожок».	Продолжать развивать музыкальный слух, координацию движений. Продолжать осваивать элементы народного танца. Развивать чувство ритма, темпа, обогащать двигательный опыт детей. Развивать гибкость и пластичность всего тела. Работать над правильным дыханием во время движения.
2-я Неделя 08.11.24	Разминка: «Мышка - Хохоша» (ритмопластика). Разминка: «Топотуха» Танец ко «Дню матери»	Продолжать работу над четким, ритмичным движением в соответствии с текстом. Развивать выразительность и эмоциональность движения. Продолжать развивать чувство ритма, гибкость и пластичность всего тела.

Тема: «Парные танцы»

	Репертуар	Задачи
3-я Неделя 15.11.24	Полька: «Пару поменяли», в исполнении Юлии Селиверстовой. Танец ко «Дню матери» Упражнение – этюд: «Рука правая и левая»	Закреплять умение слышать музыкальные фразы, выполнять приставной шаг вправо и влево. Продолжать воспитывать коммуникативные качества. Формировать навык взаимодействия в паре в игровой ситуации. Поощрять стремление к свободному движению под музыку. Развивать умение вслушиваться в музыку, танцевать в характере музыки используя изобразительные движения.
4-я Неделя 22.11.24 29.11.24	Полька: «Пару поменяли», в исполнении Юлии Селиверстовой. Танец ко «Дню матери» Упражнение – этюд: «Рука правая и левая»	Продолжать развивать чувство ритма, умение слышать музыкальные фразы. Повторять танец. Закреплять умение исполнять самостоятельно, выразительно, в характере музыки. Побуждать к свободной импровизации, творческому участию в создании танца.

Декабрь

Тема: «Здравствуй, зима»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 06.12.24	Разминка «Малышарики» (ритмопластика) Хоровод «Зимушка» Танцевальная композиция: «Серебристые снежинки»	Формировать навыки исполнения разных видов хлопков и четкого, бодрого шага. Способствовать развитию чувства ритма, внимания. Ориентироваться в пространстве зала. Заинтересовать новым танцем. Формировать навык плавного, неторопливого движения в характере музыки.

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
2-я Неделя 13.12.24	Музыкальная игра: «Варежка». Дракончик – рок», «Все танцуют, как павлины» Хоровод «Зимушка». Танцевальные композиции: «.....»	Собрать внимание детей. Развивать слуховое и зрительное внимание, память. Выполнять движения в темпе и характере музыки. Поощрять самостоятельное, выразительное исполнение. Закреплять выразительное, эмоциональное исполнение танца, развивать коммуникативные навыки. Запоминать «рисунок» танца.
3-я Недели 20.12.24	Упражнения в парах: «Хлопки», «Саночки», «Лодочка», «Кружения» под русскую народную музыку. Словесно – двигательная игра: «Тик – так». Хоровод «Зимушка». Танцевальные композиции: «.....»	Тренировать детей в ритмичном и четком выполнении танцевальных движений в парах. Развивать чувство ритма, слаженного выполнения движений. Понимать содержание музыки, передавать мимикой и жестами. Показать приемы передачи игрового образа.

Тема: «Играем и танцуем»

	Репертуар	Задачи
4-я Неделя 27.12.24	Повторение пройденного материала. Подготовка и проведение Новогоднего праздника.	Поддерживать интерес и потребность к танцевальному движению под музыку. Воспитывать нравственно – коммуникативные качества.

Январь

Тема: «Играем, танцуем»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 30.12.24 08.01.25	Праздничная неделя (каникулы)	

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
2-я Неделя 10.01.25	Музыкальная игра: «Варежка». Игры – этюды: «Поймай снежинку на ладошку», «Снежинки и ветер». Коммуникативный танец – игра: «Идет козел по лесу» Танцевальная композиция: «.....».	Выполнять упражнение в едином темпе, ритмично. Закреплять умение легко ориентироваться в пространстве зала. Развивать умение взаимодействовать друг с другом в паре. Совершенствовать навык выразительного движения. Доставить радость от движения под веселую музыку.
3-я Неделя 17.01.25	Музыкальная игра: «Варежка». Игры – этюды: «Поймай снежинку на ладошку», «Снежинки и ветер». Коммуникативный танец – игра: «Озорные козлики» муз. А. Филиппенко («На мосточке») Танцевальная композиция: «.....».	Продолжать развивать умение сочетать слова с движениями. Выполнять упражнение в едином темпе, ритмично. Закреплять умение легко ориентироваться в пространстве зала. Слышать смену музыкальных фраз и менять движения самостоятельно. Доставить радость от движения под веселую музыку.

Тема: «Играем, танцуем»

	Репертуар	Задачи
4-я Неделя 24.01.25 31.01.25	Словесно – двигательная игра: «Повар Булочка». Элементы народного танца («Гармошечка - присядка», «Полочка с притопом», «Ковырялочка», «Припадания») под рус. нар. музыку.	Развивать внимание, память, умение передавать содержание в мимике и пантомиме. Развивать чувство ритма, слуховое внимание. Помочь овладеть элементами народного танца. Уменьшить выполнять движения в соответствии с характером музыки.

Февраль

Тема: «Играем, танцуем»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 07.02.25	Полька: «Добрый день, улыбнись» Музыкальная игра: «Веселый паровозик»- <i>туннели</i> Танцевальная композиция: «Танец «»	Продолжать работу над развитием ловкости, четкости движений, координации движений рук и ног. Познакомить с новым танцем. Обогащать двигательный опыт. Развивать чувство ритма, координацию движений, точность исполнения движений.
2-я Неделя 14.02.25	Полька «Добрый день, улыбнись» Музыкальная игра: «Гномы и великаны» музыка по выбору. Танцевальная композиция: «.....»	Совершенствовать умение выполнять движения синхронно, ритмично, выразительно. Развивать желание импровизировать под музыку. Продолжать работу над «рисунком» танца. Развивать двигательную память, произвольное внимание.

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
3-я Неделя 21.02.25	Полька «Добрый день, улыбнись» Музыкальная игра: «Гномы и великаны» музыка по выбору. Танцевальная композиция: «.....»	Закреплять умение выполнять движения ритмично в соответствии с текстом. Развивать мимику, слуховое внимание. Закреплять «рисунок» танца, четкое исполнение танцевальных движений. Продолжать развивать внимание, музыкальную память, коммуникативные навыки.
4-я Неделя 28.02.25	Упражнение: «Веселые пары» под музыку «Четыре таракана и сверчок» («Коммуникативные танцы» А.И.Буренина). Танцевальная композиция: «.....»	Развивать ловкость, чувство ритма, точность движений, быстроту реакции. Формировать умение легко выполнять прямой галоп. Развивать образное мышление, координацию движений, внимание, память. Закреплять выразительное, эмоциональное исполнение танца. Продолжать развивать умение общаться друг с другом посредством движений.

Март

Тема: «Здравствуй, весна»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 07.03.25	Упражнение: «Веселые пары» под музыку «Четыре таракана и сверчок» («Коммуникативные танцы» А.И.Буренина). Танцевальные композиции: «Весна Красна»	Способствовать совершенствованию координации движений, развитию чувства ритма, ловкости. Познакомить с новой музыкой. Понимать содержание, настроение. Способствовать развитию эмоциональности и выразительность образных движений. Закреплять «рисунок» танца.

Тема: «Разучивание танцевальных движений»

	Репертуар	Задачи
2-я Неделя 14.03.25	Разминка: «Коротышки» Танцевальная композиция: «Весна Красна».	Закреплять навык выразительного, эмоционального исполнение. Побуждать к самостоятельному исполнению. Развивать умение запоминать и передавать ритмический рисунок. Развивать слуховое внимание. Отрабатывать точность, ритмичность движений. Развивать музыкальность, чувство ритма.
3-я Неделя 21.03.25	Разминка «Коротышки» Танцевальная композиция: «Весна Красна»	Продолжать развивать чувство ритма, слуховую память и внимание. Совершенствовать музыкальность и ритмичность исполнения. Продолжать развивать пластичность, музыкальность, мягкость движений. Побуждать к творческому самовыражению. Закреплять «рисунок» танца, умение двигаться свободно, в характере и темпе музыки. Развивать образное мышление.
4-я Неделя 28.03.25	Танцевальная композиция: «Весна Красна». Словесно – двигательная танец - игра: «Скок, скок сапожок».	Способствовать развитию выразительность движений, чувства ритма. Закреплять «рисунок» танца. Формировать навык выразительного ритмичного исполнения. Четко слаженно выполнять движения. Развивать внимание. Развивать умение сочетать движения со словами, слуховое и зрительное внимание. Формировать коммуникативные навыки.

Апрель

Тема: «Чему мы научились (мы выросли)»

	Репертуар	Задачи
1-я Неделя 04.04.25	Танцевальная композиция: «Весна Красна». Танцевальная игра: «Лягушки». Словесно – двигательная танец - игра: «Скок, скок сапожок».	Продолжать работу над развитием пластичности, мягкости движений. Развивать способность чувствовать свое тело. Совершенствовать выразительное, эмоциональное исполнение, умение передавать в движениях настроение музыки. Развивать образное мышление. Развивать слуховое и зрительное внимание, умение сочетать движения со словами.
2-я Неделя 11.04.25	Упражнения: «Шаг вальса», «Приставной шаг», «Закрутка», под музыку «Вальс» Доги. Танцевальная игра: «Лягушки».	Тренировать детей в красивом, музыкальном исполнении спокойных видов шага. Чувствовать пульс музыки. Продолжать работу над развитием гибкости, пластичности, умение чувствовать свое тело, двигаться всем телом. Способствовать развитию ритмичности, четкости исполнения движений.
3-я Неделя 18.04.25	Танец Ритмическая игра: «Эхо» (хлопки, притопы, шлепки по коленкам).	Познакомить с новой музыкой. Побуждать к совместному творчеству, подводить детей к умению передавать сюжет посредством движений. Обогащать двигательный опыт изобразительными движениями. Продолжать работу над развитием чувства ритма, слуховым и зрительным вниманием.
4-я Неделя 25.04.25	Танец Игра на развитие мимики и пантомимы: «На реке», «Рады солнышку».	Продолжать развивать творческие способности, желание свободно двигаться под музыку. Следить за развитием сюжета, двигаться в характере музыки. Работать над отдельными элементами танца. Закреплять коммуникативные навыки. Формировать умение использовать мимику и пантомиму для передачи эмоционального состояния.

Май

Тема: «Чему мы научились (мы выросли)»

<p>1-я Неделя 02.05.25</p>	<p>Упражнения: «Шаг вальса», «Приставной шаг», «Закрутка» под музыку «Вальс» Доги. Танец «...» Игра на развитие мимики и пантомимы: «Кубик эмоций».</p>	<p>Закреплять «рисунок» танца. Отрабатывать сложные элементы, перестроения без музыки. Двигаться в одном темпе с музыкой. Развивать выразительность и эмоциональность. Доставлять радость от движения под музыку. Развивать эмоциональность умение передавать эмоциональное состояние с помощью мимики и пантомимы.</p>
<p>2-я Неделя 16.05.25</p>	<p>Упражнения: «Шаг вальса», «Приставной шаг назад и вперед», «Закрутка» под музыку «Вальс» Доги. Танец «...»</p>	<p>Работать над четким и чистым выполнением различных шагов с перестроением. Развивать музыкальность и плавность движений. Закреплять «рисунок» танца. Развивать умение двигаться в одном ритме и темпе с музыкой, передавать настроение музыки через движения. Развивать музыкальную и двигательную память.</p>
<p>3-я Неделя 23.05.25</p>	<p>Упражнения: «Шаг вальса», «Приставной шаг назад и вперед», «Лодочка с закруткой». Танец «...»</p>	<p>Совершенствовать умение выполнять движения в паре чисто, пластично, музыкально. Слышать начало и окончание музыкальных фраз. Совершенствовать самостоятельное, выразительное исполнение танца. Отрабатывать отдельные элементы в медленном темпе. Закреплять «рисунок» танца.</p>

Тема: «Играем, танцуем»

<p>4-я Неделя 30.05.25</p>	<p>Игры по выбору детей: «Ритмическое эхо», «Кубик эмоций», «Найди пару». Повторение танцевальных композиций по желанию детей. Повторение пройденного материала. Подготовка и выступление на выпускном.</p>	<p>Побуждать к самостоятельному использованию игр в повседневной жизни детей. Развивать чувство ритма, музыкальность. Закрепление пройденного материала. Развитие музыкальной памяти и внимания. Совершенствовать коммуникативные навыки, умение двигаться выразительно и ритмично. Воспитывать любовь к музыке.</p>
------------------------------------	---	--

IV. Планируемые результаты освоения программы

Показатель уровня развития воспитанников 6-8 лет:

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах музыкальной деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Ожидаемые результаты:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- укрепление иммунной системы организма;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки;

V. Диагностический инструментарий

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности на основе мониторинга составителя, Гордеевой Светланы Васильевны, педагога дополнительного образования.

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

Это исследование проводится в два этапа:

- в начале учебного года с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце учебного года проводится отчетный концерт.

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

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

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

Вопросы:

Любишь ли ты слушать музыку?

Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?

Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)

Какая самая любимая твоя песня? Танец?

Поете ли вы вместе с мамой, папой?

Танцуете ли вы с мамой, папой?

Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?

Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Диагностические игровые и ритмические упражнения

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

1. Выполнение элементов танца:

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

2. Создание музыкально-игрового образа:

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

3. Выявление уровня ритмического слуха:

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

Таблица мониторинга танцевально – ритмической деятельности.

Ф.И. р-ка	Степень заинтересованности р-ка в танцев-ритмич. дея-ти		Уровень ритмич. слуха		Уровень артистичности и тв-ва в танце		Соответствие движений х-ру музыки		Уровень развития танцевально-ритмич. навыков		Уровень качества танц-ритмич. движ. координации движений	
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.

Н.г. – начало года; К.г.- конец года

Уровни развития танцевально-ритмических навыков.

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

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

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

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - Низкий уровень – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки;

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

«3» - Высокий уровень – ребенок самостоятельно, четко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха

«1» - Низкий уровень – неверно воспроизводит ритмический рисунок.

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

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

Уровень качества танцевально-ритмических движений, координированности

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

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

«3» - Высокий уровень – ребенок чувствует характер музыки, ритм, передает это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень артистичности и творчества в танце

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

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

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

Степень заинтересованности ребенка в танцевально - ритмической деятельности

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

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

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

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

Вариант 1.

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

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

Вариант 2.

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

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

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты: интерес ребенка к заданию; готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию; понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении; владение танцевальными умениями; не стереотипность танцевальной импровизации.

VI. Информационно – методическое обеспечение.

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Процесс обучения музыкально-ритмическим движениям включает три этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- ознакомления детей с новым упражнением, пляской, хороводом или игрой;
- создания целостного впечатления о музыке и движении;
- разучивания движения.

Методика обучения состоит в следующем: педагог прослушивает вместе с детьми музыкальное произведение, раскрывает его характер, образы и показывает музыкально-ритмическое движение, стремясь пробудить в детях желание разучить его. Показ должен быть точным, эмоциональным и целостным.

На втором этапе задачи расширяются, продолжатся:

- углубленное разучивание музыкально-ритмического движения,
- уточнение его элементов и создание целостного образа, настроения музыкального произведения.

Педагог дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения детей.

Задача третьего этапа заключается в том, чтобы закрепить представления о музыке и движении, поощряя детей самостоятельно выполнять разученные движения.

Методика закрепления и совершенствования музыкально-ритмического движения нацелена на работу над его качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения детьми музыкально-ритмических движений.

Материально-техническое обеспечение.

Предметы, используемые для реализации программы. На занятиях кружка по ритмопластике, используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки, на кольцах. А также ленточки на палочках, обручи, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарик, мячи, колокольчики, шляпки. Для открытых занятий и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты. Технические средства: музыкальный центр, аудио материал.

Этапы реализации программы

Для группы детей 6-8 лет, свой план занятий, который определяет те знания, умения и навыки, которые должны усвоить обучающиеся.

В основу программы положено обучение, основанное на раскрытии творческих способностей, задатков ребенка.

Занятия проходят 1 раз в неделю.

Продолжительность – 20 минут.

Возраст детей 6 - 8 лет.

Список детей:

1. Альмухаметов Богдан
2. Белоконь Полина
3. Демаев Ибрагим
4. Кудренко Ева
5. Лобойко Катя
6. Поворова Арина
7. Потеряева Люба
8. Харыбина Мирра
9. Худякова Катя
10. Терешина Вика

11. Цимбал Лена

12. Янчук Варя

Формы занятий

Основными формами работы в объединении является учебно-практическая деятельность (15% - теоретические, 85% - практические занятия).

В основе обучения лежит чередования занятий: индивидуальных, коллективных, групповых.

Используются следующие формы работы на занятиях:

- Индивидуальная (самостоятельное выполнение заданий);
- Индивидуализированная (где учитываются учебные и индивидуальные возможности воспитанников);
- Групповая, которая предполагает наличие системы «педагог-группа-воспитанник»;
- Парная, которая может быть представлена постоянными и сменными парами;
- Коллективная – концертная деятельность (выступление коллектива с танцевальными номерами).

Условия реализации программы

Для успешной работы объединения необходимо:

• просторное помещение с хорошей вентиляцией, с деревянным некрашеным полом, оборудованное специальными станками и зеркалами;

- комнаты для переодевания;
- магнитофон, диски, кассеты, телевизор, видеомагнитофон;
- коврики, обручи, скакалки, мячи;
- альбомы, фломастеры, карандаши;
- костюмы для занятий и специальную обувь детям (приобретают сами родители по указанию руководителей).

Для выполнения программы разработаны:

- Тематические планы
- Перспективные планы.
- Разработаны подробные календарные планы на учебный год, на каждое занятие, по каждому возрасту;
- Комплексы ритмической гимнастики;
- Танцы, хороводы и музыкально-хореографические композиции.

Имеется музыкальный материал:

- Кассеты А.И.Бурениной по программе «Ритмическая мозаика»
- Диски и кассеты Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика для детей»
- Классическая музыка.
- Детские песни современных композиторов;
- Популярные танцевальные мелодии;
- Танцы народов мира;
- Русские народные мелодии;
- Современные песни;
- Караоке для детей из мультфильмов и художественных фильмов и др.

Также имеются ТСО:

- Музыкальный центр,
- Телевизор;

Подготовка к работе:

- Занятия по ритмопластике проходят под заранее подготовленную фонограмму на CD дисках для каждого занятия.
- Ритмическая гимнастика – музыка к каждому комплексу и каждой возрастной группе записана на кассеты.
- Дети занимаются в облегченной форме, в носках на паласе в проветренном зале на паласе.

- соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- соответствие правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащённость помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- учебно-методический комплект, оборудование, оснащение.

Раздел направлен другим информационно – методическим обеспечением, методические учебные пособия, оборудования для реализации программы, дидактический материал.

Программа дополнительного образования по хореографии составлена на основе авторской программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» г. Санкт-Петербург 2012 г

1. Буренина А.И. Программа по ритмопластике для детей «Ритмическая мозаика» — Санкт-Петербург 2000.

2. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. – Москва. Издательство «Гном и Д» 2004.

3. Раевская Е.П. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду – Москва «Просвещение» 1991.

4. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. Линка – пресс Москва 2006.

5. Степанова Л.Г. Запись танца. – Москва 1975.

6. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика. Санкт-Петербург.

7. Яновская В. Ритмика. Издательство «Музыка» Москва 1979.

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

Чтоб никто не заблудился. Крепко за руки взялись, в путь дорожку собрались. (Встаем в круг и беремся за руки, двигаемся по кругу, вытягивая стопы, и держим спинки, макушкой тянемся наверх) - самолет построим сами.

Пролетим над городами, пронесемся над полями

Над макушками деревьев, над опушками лесов

И в любимую деревню, прямо к бабушке за стол. *(Летим по залу, как самолеты, музыка внезапно останавливается, и дети смотрят по сторонам, педагог подзывает детей к себе и все вместе очень тихо передвигаются по залу, разглядывая, куда они приехали).*

Мы приехали к бабуле, в ее славный, теплый дом

Выйдем с другом в огород фруктов, овощей нарвем.

Взялись дружно мы за дело

Посадили репку смело

Лук, огурчики, картошку

И зеленого горошка! *(Дети встают на свои места)*

Куры-куры: ко-ко-ко

Мы снесли яички

Ку - ку-кушайте, ко-ко,

Детки-невелички. *(Смена мест)*

Помидор на грядке, делает зарядку

Как здоровье помидор? - Хорошо, в порядке

Весь вспотел, но не устал,

от зарядки красным стал. *(Смена мест)*

В огороде шум-шум-шум.

Зайка, зайка: хрум-хрум-хрум

Прыг-прыг-прыг по пням, по пням

Съел морковку-ням, ням, ням*(плие, хлопают по коленкам, плие, плечики, прыжки, два приседания, хлопочки голова направо, налево)*

Раз малинка, два малинка - прямо у окошка

Раз малинка, два малинка - целое лукошко

Только надо рано встать, чтоб лукошко то собрать. *(3 притона - 2раза, вокруг себя - 2раза)*

Высоко кричит синичка, ой, как выросла клубничка

Нужно быстренько срывать, полетела деток звать! *(Полу-пальцы, наклоны вперед)*

Что за грохот - бум-бум-бум - яблочко упало!

В травке яблочко найдем, чтобы не пропало. *(Притоны, руки к полу)*

Мы черничку соберем в папин день рождения

Сварим папе поскорей вкусное варенье

Скажет папа: «Молодцы!», всем подарки-леденцы! *(Собираем пальчиками ягодки, мешаем поварешкой в кастрюле, прыгаем и хлопаем в ладоши)*

Мы висели под дождем, капал дождик ночью, днем

Чтоб краснели мы и спели, чтоб скорей нас детки съели

Всех помыл нас дождь сейчас, мы чернички - ешьте нас! *(Тянемся ручками наверх, затем показываем, какие мы красивые, и как нас съели)*

Чесночок наш, чесночок, ой, как горько-горько!

Чесночок наш, чесночок, ест теленок Борька

Нам скажи-ка почему? Чтобы сильным быть Му-му!!! *(Упражнение на мимику все по тексту)*

Ходит по полю бычок, вкусно пахнет, как лучок!

В носике щекочется, скушаю, раз хочется! *(Ходим вокруг себя на месте, как бычки, за вторым разом расходимся по залу)*

-К бабушке вернемся в дом, пирожки мы испечем

Надо теста взять в ладошки, помесить его немножко в печке нужно подержать и немножко подождать! *(дети ложатся на пол, на животики, а ножки в «бабочку» и слушают рассказ про гнома, отвечают на вопросы)*

Кто живет под потолком? - Гном

У него есть борода? – Да

А манишка и жилет? – нет

С кем он утром кофе пьет? – Кот

С кем он бегает по крыше? – Мыши

И давно он там живет? – Год

Он капризничает, да? – Никогда

Но, а как его зовут? – Спрут.

(Повторяем несколько раз)

«Кисти»: Есть у нас капуста,

Большая капуста мы капусту режем,

Режем мы капусту солим,

солим мы капусту трем,

трем мы капусту мнем, мнем.

Полежали, погуляли, в огороде побывали.

Всех цыпляток покормили, и бабуле угодили!!!

«Зоопарк»

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

Педагог: Здравствуйте, ребята! Дети: Здравствуйте. (поклон с плие и кивком головы, шаг приставной) Нам пора, друзья мои! Впереди каникулы. В зоопарк шагаем дружно, нам зверят увидеть нужно! (ходьба по кругу с вытягиванием стоп, с высоким подниманием колена, на полупальцах, на пятках, мелкий бег на полу-пальцах, бег захлест, прыжки) Мы бежали, мы бежали, Наши ноженьки устали, мы немножко посидим, на зверяток поглядим. (загадки) Полоска белая, полоска черная я вся умелая, я вся проворная, скачу во весь опор, быстрее ветра – Лошадка в Африке, я ваша – (зебра).

Эй, не стой слишком близко,

не шучу я, я не киска.

Не устраивай здесь игр,

я в полоску, хищный – (тигр).

Я запасливый всегда,

На спине ведь два горба,

Когда мне еду дают,

Я в них складываю,

Я – (верблюды).

В болоте славно я живу,

и жвачку жвачную жую,

Большой живот, огромный рот,

Я настоящий (бегемот).

Я длинная, холодная,

хоть сыта, хоть голодная.

Когда сержусь, могу ужалить я,

ох, я опасная – (змея).

Я большой, хоть старый, хоть молодой,

Обливаюсь я водой, я из носа как из лейки.

Ты воды мне не жалея - ка.
Это явь, совсем не сон, а зовусь я, братцы, - (слон).
Очень стройный и красивый,
с челкой и пушистой гривой.
Плавать может и скакать, ест овес,
умеет ржать, прыгнет в воду и огонь,
Верный человеку – (конь).
Черный фрак, белая манишка.
Не страшны ему злые холода.
В Антарктиде бродит торопыжка.
Не летает, но это не беда.
Крылья – весла, чтоб догнать любую рыбу.
В лапах яйца, чтобы вывелся птенец.
Так не смог бы жить ни я, ни ты бы.
Вот как птица? (Пингвин) Ты молодец!

«Осенний лес»

Вот полянка, а вокруг *(широким жестом руки в стороны)*
Липы выстроились в круг *(округленные руки сцепить над головой)*
Липы кронами шумят *(руки вверх, качаем из стороны в сторону)*
Ветры в их листве гудят *(наклон вперед)*
Вниз верхушки прогибают *(наклон вперед, покачать туловищем)*
И качают их, качают.
После дождика и гроз *(выпрямиться, руки поднять)*
Липы льют потоки слез *(плавно опустить руки, перебирая пальцами)*
Каждый листик по слезинке *(руки вниз, энергично потрясти кистями)*
Должен сбросить на тропинки.
Кап и кап, кап и кап *(хлопать в ладоши)*
Капли, капли, капли – кап!
До чего же листик слаб *(уронить руки)*.
Он умоется дождем *(погладить сначала одну руку, затем другую)*,
Будет крепнуть с каждым днем *(сжать кулачки)*
Собираемся друзья, медлить нам совсем нельзя!
В путешествие пойдем и друзей себе найдем.
Дружно за руки берись, друг за другом становись!
Тихо шагом мы идем, руки поднимаем.
Дружно песенку поем, вместе приседаем, разогрев.
В пары встанут малыши, Наши ручки хороши!
Стенка, стенка, потолок, Два окна, один звонок!
Пиинии *(нажимаем на носик, как на звоночек)* *(дети в парах друг с другом)*
А теперь, мои друзья, мы найдем свои места *(звучит музыка, дети бегают, ищут свои места)*. Музыка выключается, дети встают на свои места.
«Для рук»: Три сороки Тараторки
Тараторили на горке, тараторили на горке
Три сороки Тараторки *(плюс про апельсин)*
Беленькое облако *(округлые руки перед собой, пальцы в замок)*
Поднялось над крышей *(не расцепляя рук, поднять их над головой)*
Устремилось облако *(выпрямить руки)*
Выше, выше, выше *(руки вверх)*.
Ветер — это облако *(плавные покачивания руками над головой)*

Зацепил за кручу (*сцепить руки кончиками пальцев над головой*)
 Превратилось облако (*руками описать через стороны вниз большой круг*)
 В дождевую тучу! (*присесть*).
 Маленькие тучки по небу плывут,
 Хлопают в ладоши, радостно живут (*Дети бегают по залу, как маленькие тучки и хлопают в ладоши*).
 Две веселые овечки разрезвились возле речки,
 Прыг-скок, прыг-скок (*весело прыгаем*)
 Скачут белые овечки рано утром возле речки
 Прыг-скок, прыг-скок.
 Вверх до неба, вниз до травки,
 Вверх до неба, вниз до травки. (*встаем на ножки, тянемся вверх, приседаем, руки вниз*). А потом кружились (*кружимся*)
 И в речку свалились (*падаем*). (*Упражнение выполняем по тексту*).
 Просидели вечер мы, побежим на свет луны,
 будем прыгать, веселиться,
 и на мельнице крутиться (*ритм постепенно ускоряется*)
 Мельница, мельница мелет муку (*крутим руками «мельницу»*).
 Дует-дует ветер сильный (*плавно машем руками над головой из стороны в сторону*)
 Быстрее мельница мелет муку, дует-дует ветер сильней,
 Намололи мы муки (*стучим кулаком об кулак*)
 Огромные мешки (*изображаем большие мешки*)
 Из муки, из муки (*хлопаем ладошками с переворотом, изображая пирожки*),
 Напекли мы пирожки,
 Ладушки-ладушки (*хлопаем*)
 Наши оладушки (*по группам: 1-е ветер, 2-е мельницы, потом все вместе*).

«Веселое путешествие»

(*Дети строятся в паровоз, кладут руки на плечи впереди стоящему и «едут»*)
 Паровоз, паровоз Новенький блестящий,
 Он вагоны повез будто настоящий.
 Кто едет в поезде? Плюшевые мишки,
 Зайцы пушистые, Кошки да мартышки.
 Вот какой паровоз к празднику купили,
 Вот какой паровоз детям подарили.
 Дальняя, дальняя, Дальняя дорога,
 Вдоль нашей комнаты прямо до порога. Чух-чух-Чух-чух.
 Встанем, деточки, в кружок, и получится лужок.
 По нему пойдем гулять, Разны травки собирать. (музыка)
 Сели-встали, сели-встали Ножками потопали,
 Каблучками постучали, а потом потопали.
 Ручки-ручки танцевали, покружились,
 Покружились, и головкой поклонились по диагонали:
 Большие ноги шли по дороге, (*большой, широкий шаг*)
 Маленькие ножки бежали по дорожке, (*короткий шаг*)
 По ровненькой дорожке, (*шаги «утюжки»*)
 По ровненькой дорожке, (*шаги «утюжки»*)
 Шагают наши ножки (*шаги «марш»*)
 Раз-два, раз-два (*шаги «марш»*)
 По камешкам, по камешкам, (*на полу-пальцах*)

По камешкам, по камешкам. *(на полу-пальцах)*.

Раз-два. Упражнение для плеч.

Тита-тита-тита-та вышла кошка за кота,
За Кота Котовича, За Петра Петровича.
За котом не худо жить, Ему портков не надо шить,
Для Кота Котовича, Для Петра Петровича.
Все захлопали в ладошки дружно, веселее.
Застучали наши ножки
Громче и быстрее по коленочкам ударили
Тише, тише, тише.
Ручки, ручки поднимаем выше, выше, выше.
Завертелись наши ручки,
Снова опустились, покружились,
Покружились, и остановились. *(Дети выполняют все движения согласно тексту)*.

Самолеты загудели *(руки в стороны, наклоны влево и вправо)*
Самолеты полетели *(вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)*
На полянку тихо сели *(присесть, руки к коленям)*
Да и снова полетели *(летим по кругу вокруг себя)*
У-у-у-у-у-у-у-у-у-у *(Летим по залу, «Кто же такие птички»)*
Раз, два, три Место ты свое займи.

Закружились, завертелись *(покружиться на месте)*
Белые снежинки, вверх взлетели белой стаей *(поднять руки)*
Мягкие пушинки *(покружиться на носках)*.
Чуть затихла злая вьюга *(опустить руки, встать прямо)*
Улеглись повсюду *(присесть, руки к полу)*
Заблестали, словно жемчуг *(встать, руки вперед)*.
Все дивятся чуду *(развести руки в стороны)*
Заискрились, засверкали *(руками «ножницы»)*
Белые подружки, заспешили на прогулку *(шаги на месте)*
Дети и старушки. *(сначала со стихотворением, а затем движение под музыку)*

Танцевальные движения №1

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

Танцевальные движения №2

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

Упражнение на ритмические рисунки.

«Дождь» *(вместе стучим кулачками по полу и ходим топаям)*
Тихий-тихий дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный дождик кап-кап-кап,
Сильный-сильный ливень кап-кап-кап.
Гром! Гром! *(хлопаем)* в небе молния блестит! *(руки вверх)* *(на динамические оттенки – громко-тихо, быстро-медленно)*
Вы ребята не устали? (НЕТ)
Дружно тучку мы прогнали? (ДА)
На полянке сядем мы, переждем до темноты.

Упражнение - хлопущка.

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

«Партерная гимнастика»

Упражнение на стопы:

1. Стопы наши не копытца, нужно им пошевелиться. Раз, два, три, четыре, пять. Натяни стопу опять *(натянутые с удержанием, сокращенные с удержанием)*
2. Наши ножки - два птенца. Вылупились из яйца Вместе весело живут Дружно песенки поют.
3. Наши ножки хороши, Поросячьи хвостики, веселятся по утрам, дарят радость вам и нам.

Упражнение на сгиб и разгиб коленей: Колени мы сгибаем дружно, нам ужа увидеть нужно

Упражнение «складочка»: в складку ляжем как пантеры, Руки вытянем и шеи. Спинка длинная, прямая, и к коленям прижимая, Потянись и позевай и животик прижимай.

«Сундучок (складочка)»: Сундучок, сундучок охраняет паучок В складочку ложился, Сундучок закрылся раз, два, три раз, два, три дружно хвостик подними, и ладошками своими Путь себе ты проложи.

Упражнение «на кисти»: Киска когти выпускает, мяу-мяу говорит, тихо хвостиком виляет и ушами шевелит.

Упражнение «на руки»: Крокодил плывет, плывет. Лапками гребет, гребет. Растопырил свои лапки, потянулся очень сладко, позевал, открыл свой рот, может рыбка заплывет.

Упражнение «бабочка»: Бабочка летит по небу, крылышками хлопя. Пять, четыре, три, два, раз, Прижимай коленочки и таз.

«Бабочка»: Бабочка красавица В небо полетела Крылышки расправила на капусту села

Упражнение «поднятие ног на 900, лежа на спине»: Вот упала черепаха, и не может она встать, мы ребята ей поможем, будем ножки поднимать

Упражнение «велосипед»: Крутим мы педали дружно, Тигра нам увидеть нужно.

Упражнение «березка»: Вот жирафы-великаны Шеи вытянули ввысь, и держа себя за спину, к облакам ты потянись.

Упражнение «наклоны, сидя в разножке»: Семь лунатиков сидели на луне, Семь лунатиков свалились во сне. Как? Вот так! Один, два, ..., семь!

Упражнение «саранча»: Спинку выше поднимаем, Саранча она такая, вправо, влево поглядит. Ляжет мягко – тихо спит.

Упражнение «полу-мостик»: Вдоль реки от берега Мост висит из дерева.

Гнет его качает ветер, по мосту шагают дети!

Упражнение «коробочка»: Коробочка волшебная Полна она чудес, в ней камни драгоценные, Улыбки, счастье, смех.

«Коробочка»: Мы в коробку забрались, Ручки к ножкам потянись, Спину сильно выгибай, и головку поднимай.

Упражнение «лодочка» (плюс с удержанием): По реке, качаясь, лодочка плывет. Гонит ее ветер все вперед, вперед, вперед.

«Лодочка»: Лодочка плыла по речке В ней сидели человечки, Лодку на волнах качало, Человечков забавляло.

«Зернышко»: в поле зернышко лежало, прорастало, прорастало, появился колосок, к солнцу тянется росток.

«Ванька-встанька»: Ванька парень хоть куда Золотиста голова ну-ка, Ванька удиви Ваньку-встаньку покажи.

«Лягушка»: Вот лягушка прискакала ква-ква-ква, она сказала. Стопы к носу притяни и лягушку удиви.

«Тараканы (жуки)»: Паучки как светлячки Загорелися в ночи, Лапки весело подняли, танцевали, танцевали

«Кошка поднимает лапки»: Кошка лапку подняла, потянулась у окна.

Хвостиком она махнула, Мышку серую спугнула, и сказала: Мяу, Мур. Ты мне больше не балуй!

«*Кошка под забором*»: Киска спинку распрямила, Коготочки распустила, Пролезая под забор, распугала птичий двор!

«*Курочка*»: Курица-красавица. У меня жила. Ах, какая умная Курица была. Шила мне кафтаны, Шила сапоги, Сладкие, румяные пекла мне пироги. А когда управится, сядет у ворот, Сказочку расскажет, песенку споет.

ИГРЫ

Игра: «*Птичий двор!!!*» - Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать. А за ней ребятки, желтые цыплятки Ко-ко-ко не ходите далеко Лапками гребите, зернышки ищите. Съели толстого жука, дождевого червяка Выпили водицы, полное корытце. (*Сначала дети выполняют движения с текстом, а затем оставляем только движения и выполняем их с музыкой*)

Игра «*Поезд*»: Вот поезд наш мчится, колеса стучат. А в поезде нашем ребята сидят Чу-чу-чу-чу-чу, бежит паровоз Далеко, далеко ребят он повез.

Но вот остановка, кто хочет? – Слезай. Пойдем ребята, погулять. (*Играет музыка, музыка заканчивается - все снова строятся в поезд*)

Игра «*Машина*» (*Дети встают по 4 человека, один из которых шофер*) Машина, машина Идет, гудит в машине, в машине Шофер сидит. Вот поле, вот речка. Вот лес густой. Приехали дети Машина, стой!!!! (*И еще несколько раз по залу*)

Серия упражнений для мышц спины

«*Рыбка*» И.п." - лежа на животе, руки вытянуты вперед. 1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги. 2 - принять исходное положение. Морская звезда И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед. 1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги. 2 - развести руки в стороны, ноги врозь. 3 - руки вперед, ноги вместе. 4 - принять исходное положение.

«*Кораблик*»: И.п. - лежа на животе, руки сзади, пальцы переплести. 1 - поднять голову, плечи, прогнуться, руки назад. 2-7 - держать. 8 - принять исходное положение. Плавание брассом И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед. 1 - поднять голову, верхнюю часть туловища руки. 2-7 - движения руками, имитирующие плавание брассом. 8 - принять исходное положение.

«*Ныряльщики за жемчугом*»: И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед ладони вместе. 1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги. 2-7 - попеременные движения ногами вверх-вниз. 8 - принять исходное положение. Серия упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

«*Русалочка*»: И.п. - стоя на коленях, руки в стороны. 1-2 - сесть на правое бедро, правую руку дугой" вниз - влево. 3-4 - принять исходное положение. 5-8 -то же в другую сторону.

«*Катамаран*»: И.п. - сидя, руки в упоре сзади, ноги слегка приподнять. 1-16- имитировать нажимания" ногами на педали.

«*Медуза*»: И.п. - лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны - вверх".

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

2-3 - держать.

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

«Кальмар»: И.п. - сидя, руки в упоре сзади. 1 - согнуть ноги, притягивая колени к груди. 2 - разогнуть ноги в стороны - вверх. 3 - ноги вместе. 4 - принять исходное положение.

«Кит»: И.п. - лежа на спине, руки к плечам. 1-2 - сесть, руки вверх. 3-6 - потрясти расслабленно кистями («кит пускает фонтан»). 7-8 - принять исходное положение

Сюжетно-образные танцы.

Ниже приведены описания некоторых сюжетно-образных танцев.

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

И.п. – сидя по-турецки, лицом в круг Вступление «закидывают удочку»

1 куплет: сидя с вытянутыми руками («держат удочку»), слегка раскачиваются в такт музыке Припев И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.

На слова «траля - ля» ударяют носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу) – 8 раз.

На повторение музыки то же другой ногой. Возвращаются в И.п.

2 куплет: И.п. – сидя по-турецки, руки на затылке. 1 фраза наклон вправо, достать правым локтем правое колено (один раз) – выпрямиться. 2 фраза то же влево 3-4 фразы наклон вперед, достать локтями пол и выпрямиться – 2 раза Припев те же движения, что в припеве

3 куплет: И.п. – сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре. 1-2 фразы поочередно вытягивать носки вперед 3-4 фразы одновременно вытягивать носки вперед Припев: движения, соответственно, повторяются Проигрыш И.п. – сидя на полу, ноги вместе Имитация гребли на лодке на слова «Вся рыба расплывается» сесть, руки в упор. На последний такт (слова «тра - ля») лечь на спину.

Танец "Бибика"

Песня «Бибика» (*группа «Волшебники двора»*)

Проигрыш: Едем! Едем! Июньскими теплыми днями и в мае, и в сентябре встречаюсь я снова с друзьями в песочнице, во дворе. Кто с куклой, а кто с пистолетом, а кто-то приносит слона. А я вам скажу по секрету, бибика – игрушка моя! Едем, едем!

На вступление – «выезжаем» и перестраиваемся по своим местам. Правой рукой сверху вниз. Шаг влево кольцо вверх, также вправо 2 раза. Поворот и наклон влево, также вправо присесть. Обруч положить сидя руки под подбородок выпрыгнуть – ноги врозь, руки вверх-в стороны руки вперед пистолетиком, поворот вокруг себя руки за голову сводить локти 3 раза наклон вперед, руки возле рта сесть взять обруч вытянуть обруч вперед притянуть кольцо к себе выпрыгнуть и правой рукой сделать сверху вниз Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибикку, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем! Едем! Два шага влево с наклоном влево, также вправо. Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя Правой рукой сверху вниз в солдатики я не играю, не нужен мне велосипед! Бибикку свою, я катаю, бибика моя лучше всех! А ночью, когда засыпаю, пускай мне приснится – ХАЙВЕЙ И мама бибикку поставит, в гараж под кроватью моей! Едем, едем! Поднимаем прямую левую, затем правую ногу 2 раза сесть. Левую согнуть правую ногу вытянуть вперед, выпрямить левую ногу, делать наклоны вперед 4 раза сгруппироваться лечь вперед, кольцо перед собой выпрыгнуть, руки с кольцом вверх, ноги врозь наклон вниз, заведения обруча за ноги 3 раза выпрыгнуть обруч перед собой рукой сверху вниз Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибикку, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет. Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение обручем справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя

Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем, едем!

Проигрыш
Перестраиваемся в две колонны и движемся противходом в обход зала в конце на середине встречаемся, идем парами вперед рукой сверху вниз продолжаем двигаться вперед и на месте кладем внутреннюю руку на плечо впереди стоящему, внешняя рука с кольцом вниз,

Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!

Расходимся на два малых круга и снова встречаемся посередине, едем вперед двумя колоннами и становимся на свои места

Би-би-би-би-бибика, поехали кататься! Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться. Покрашу я бибику, в любимый красный цвет Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет! Едем! Едем! Би-БИ!

Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо круговое движение кольцом справа налево и обратно поворот через левое плечо вокруг себя рукой сверху вниз в конце с прыжком руки с кольцом вверх

Танец «Тучка»

Песня «Виноватая тучка»

Злую тучку наказали Ты плохая, ей сказали. И она заплакала, да кап-кап-кап закапала. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел, Мыши сразу задрожали. Мыши в норы побежали. Полетели птицы вниз, да птицы сели на карниз. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел Пес по имени Барбос Струсил не на шутку. Еле ноги он унес в свою собачью будку. Припев: Кап-кап-кап дождик пошел, Кап-кап-кап дождик пошел ну а мы с тобой не тужим, босиком бежим по лужам. Брызги прямо ввысь летят с тучею встречаются. А потом они назад да с неба возвращаются Припев Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Шлеп-шлеп-шлеп дождик идет, Тучку бедную простили, Тучку с миром отпустили. Тучка плакать перестала, а потом совсем пропала. Припев: Кап-кап-кап дождик прошел

Грозят указательным пальчиком правой руки, а левая рука – на поясе Кулачками «трут глазки». Локоточки разведены в стороны.

3 хлопка встряхиваем кистями рук перед глазками. 3 хлопка встряхиваем кистями рук перед глазками. Имитируют движения мышек-трусешек

Взмахивают ручками-крыльями через стороны вверх-вниз, одновременно пружиня колени.

Присели («Плие»)

Движения те же

Имитируют движения собачки, виляющей хвостиком. Кружатся на «дробном шаге» вокруг себя.

Движения те же

«Легким бегом» двигают по кругу против часовой стрелки.

Идут врассыпную на свои места.

«Пружинка» с поворотом вправо, одновременно раскрывая руки в стороны Те же движения влево. Обе ручки выполняют мягкий взмах от себя. Ручки раскрыты в стороны, мягкие пружинки вправо-влево 3 взмаха кистями рук перед собой Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево 3 взмаха кистями рук перед собой

Кап-кап-кап дождик прошел Кап, как, кап.

Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо-влево Наклон головы вправо-влево - вперед.

Танец «Ромашка»

Песня «Ромашка»

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

1. Научила на ромашке меня бабушка гадать, это очень интересно лепесточки отрывать. (Идут тройками по кружочкам, взявшись за руки) Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять! (отходят назад, расширяя кружки – качают головой) 1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (подходят – хлопают в ладошки) Проигрыш: (повторяют движения припева или кружатся по одному - руки "полочкой")

2. Целый день сижу, гадаю, даже некогда играть. (Девочки делают свой кружочек, в центре зала, идут по кружочку) Но теперь я про Сережку все-все-все могу сказать! (мальчики делают ладушки между собой) Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять! 1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики присели, девочки обходят мальчиков, грозя пальчиком) Проигрыш: (девочки становятся в середину «лодочки» между мальчиков, качают головой - мальчики идут вокруг девочки)

3. Только кончились ромашки, разлетелись лепестки (Идут тройками по кругу) Завтра все начну сначала – берегитесь женихи! Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять! 1.2.3.4.7. Ой, запуталась совсем! (Мальчики хлопают, девочки кружатся) Припев: Мальчики, взявшись за руки, делают окошко для девочки - девочка выглядывает в него, пальчик к щеке, качая головой

Танец «Барбарики»

Песня «Мы друзья» гр. «Барбарики»

Вступление – дети выбегают подскоками в "свою" шеренгу, на "свое" место (четвертая и вторая шеренга) выполняют прыжки с хлопками над головой, в конце фразы – «твист», приседая; выбегают дети из 3 и 1 и все – прыжки и «твист»; (4 шеренги по 6 чел. в каждой или 3 шеренги по 8 чел.). А "...Если друг не смеется" - 1 и 3 шеренги выполняют полуприседание, опуская чуть разведенные прямые руки, пальцы в стороны; 2 и 4 - поднимают прямые руки в стороны вверх, пальцы разведены; («звезды мигают»)"... Ты включи ему солнце" - поменялись движениями, т.е. те, кто поднимал руки вверх – опускают с «пружинкой», а другие поднимают; до конца 2 фр.

"...Ты, исправь ошибку..." - ногу ставят на пятку, руками показывают "нос". Опускают руки вниз и приставляют ногу. 1 и 3 шеренги вправо; 2 и 4 - влево; затем поменяться движениями и до конца 4 фр. Б «Воскресенье, суббота» - кружатся «лодочкой» со «своей» парой подскоками и возвращаются в И.П. С: «Есть друзья – развести поочередно пр. и л. руки в стороны; «...а для них» - обе руки прижать к груди и развести в стороны;

«...У друзей нет выходных» - кружатся вокруг себя и в конце – «твист», приседая; А «Если свалится счастье» - каждая шеренга образует кружок и двигаются подскоками, взявшись за руки в 4 углах зала; Б – кружатся подскоками парой; с окончанием музыки останавливаются лицом в круг; С – то же в «своем» кругу; Д – «Если каждый друг по кругу: – перестраиваются в общий круг и идут в ритме музыки, взявшись за руки.

Б – кружатся со «своей» парой в общем кругу. С – то же в общем кругу;

Заключение – перестраиваются в «свою» шеренгу. Прыжки с хлопками и «твист»; в конце все поднимают «раскрытые» руки вверх.

Танец «Гномики»

Детская студия «Дельфин»

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

1 КУПЛЕТ: «Есть на свете гномики...» - двигаются поскоками вперед, руки на поясе. «Строят они домики...» - продолжают движение «топотушками» к своим местам (три или четыре ряда в «шахматном» порядке) «Под землей они живут...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню), приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ: «Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед) «Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку(спина прямая), перетоп (наклоняются вперед) «Приходите в мой дом...» - кружатся поскоками, взяв правой рукой кончик колпачка

2 КУПЛЕТ: « Нарядилась гномиком...» - двигаются поскоками по кругу и возвращаются на свои места «Я надена колпачок...» - делают шаг вперед правой ногой на пятке, левой ногой в сторону на пятке, правой ногой назад (на полную ступню), приставляют левую ногу (4 раза)

ПРИПЕВ: «Гномики, гномики...» - выставляют правую ногу на пятку (спина прямая), перетоп. (наклоняются вперед) «Маленькие гномики...» – выставляют левую ногу на пятку (спина прямая), перетоп (наклоняются вперед) «Приходите в мой дом...» - кружатся поскоками, взяв правой рукой кончик колпачка

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

3 КУПЛЕТ – «Где же, где же гномики, гномики, гномики...» - наклоняются в стороны (1,3, 5 – направо 2,4,6...-налево), одновременно выпрямляя руки и разжимая кулачки. Возвращаются в исходную позицию. Повторяют движения в другую сторону (1,3,5...налево; 2,4,6...- направо). Возвращаются в исходную позицию. «Я накрыла столики, столики, столики...» - повторение движений «Угощу я их печеньем и малиновым вареньем...» - поскоками двигаются по кругу, занимают свои места в «шахматном» порядке

ПРИПЕВ - повтор движений **ПРОИГРЫШ** - двигаются поскоками по кругу

ПРИПЕВ – повтор движений

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

"У леса на опушке".

Дети стоят по залу врассыпную –

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

Она снежки солила, в березовой кадушке – перед собой «лепят» снежки Она сучила пряжу, она ткала холсты - моторчик вправо, влево. Ковала ледяные да над реками мосты – руки в стороны, затем хлопок над головой 4 р.

Припев: Потолок ледяной- руки на поясе, 2 шага вправо Дверь скрипучая- 2 шага влево за шершавой стеной тьма колючая- ладошка к ладошке, «шуршим» у одного ушка, затем у другого как шагнешь за порог- руки на поясе, 2 шага вправо всюду иней-2 шага влево А из окон парок синий- синий- покружились вокруг себя.

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

2 куплет - движения из 1 куплета, припев-тот же. В конце взялись за руки все, бегут по залу змейкой.

Танец «Дикари»

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

Участвует любое количество детей.

Вступление: Дети встают по залу в шахматном порядке.

1 куплет. Между нами... прыжок вверх с одновременным выбрасывания рук и ног в разные стороны Дикарями говоря... «бьют» себя по груди кулаками в ритм музыке спать в кроватях... снова прыжок с выбрасыванием рук и ног только тратить время зря...поворачиваются вокруг себя широко расставив ноги, раскачиваясь из стороны в сторону («неваляшки») Нам под крышей...руки резко поднять вверх, посмотреть наверх плохо спиться... присесть, постучать кулаками по полу надо братцы ...перестраиваются в 2 линии лицом к зрителям

Припев: и у края пропасти... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит, и тоже «всматриваются вдаль» И у тигров пасти... первая линия всматривается вдаль, беря «под козырек», вторая приседает не теряйте бодрости... первая линия детей приседает, руку «под козырек», одновременно вторая стоит и тоже «всматриваются вдаль» И верьте в счастье...прыжок вверх, руки вверх, ноги в стороны

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

Повтор припева: тот же

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

2 куплет: Между нами... ритмично выбрасывают руки вверх, смотрят на них Дикарями говоря... стучат кулаками об пол захотелось...снова руки вверх Антрекота в сухарях... стучат кулаками об пол Жизнь лесная ... снова руки вверх развивает аппетит... стучат кулаками об пол хоть клубникой... снова руки вверх

Припев: все дети наклоняются вперед, руки сложены вместе и вытянуты вперед (*поклоняются вождю*). Солист танца выходит в середину круга и танцует любые движения.

3 куплет: не пугают, все дети поднимаются, и двигаются ритмично по кругу друг за другом, движение «кукарача» и в июле...начинают перестроение и выстраиваются в шахматном порядке, лицом к зрителям.

Припев: и у края... ритмичное выбрасывание рук поочередно вверх, при этом пританцовывая, и верьте в счастье...прыжок вверх, руки-ноги в стороны. Поклон.

Музыкальные игры.

Ниже приводится описание игр, используемых на занятиях по «Ритмике и танцу».

«Зеркало»

Дети стоят в парах лицом друг к другу. Один из них. Показывает движения, другой их повторяет как отражение в зеркале. Игра с тем же содержанием может называться «Обезьянки».

«Чудо-юдо»

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

«Насос»

Играющие располагаются по кругу. Дети приседают и превращаются в ненадутые резиновые игрушки, каждый задумывает про себя свой будущий образ. В центре взрослый или ребенок. Он начинает «надувать» игрушки, изображая «насос» и произнося звук «Ш». Дети постепенно поднимаются и изображают задуманную игрушку. Вариант. Можно играть в парах, меняясь ролями. Сначала один придумывает фигуру, потом другой.

«Мокрые котята»

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

«Снеговик»

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

«Снежинки-ручейки»

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

«Снегопад»

Дети - «снежинки» плавно кружатся по илу. Руки разведены в стороны — это лучики снежинок, их нельзя «сломать», снежинки очень хрупкие. Замирают звуки металлофона — дети застывают в красивой позе или опускаются на одно колено. Выглянуло солнышко и растопило снежинки (глиссандо). Снежинки тают и превращаются в капельки. Дети опускают руки вниз, округляют их, изображая капельку. Капельки стекают в ручеек. Ручейков может быть несколько. Дети встают друг за другом паровозиком и двигаются под музыку в разных направлениях. Ручейки стекают в лужицы. Дети из «паровозиков» перестраиваются в кружочки и двигаются по кругу, держась за руки. Эти лужицы стекают в озеро. Кружочки объединяются в один большой круг, дети приседают с

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

«Прекрасные цветы»

Дети располагаются в рассыпную по залу, изображая бутоны, из которых с началом музыки начинают «распускаться прекрасные цветы».

Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике. Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть; дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождиком снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой. Роли Солнышка и Дождика могут исполнять дети.

«Зернышко»

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

«Карнавал животных»

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

«Цыплята»

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

«Магазин игрушек»

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

«Марионетки»

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

«Передай настроение»

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

«Ниточка с иголкой»

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

детьми. При этом «иглочка» старается запутать «ниточку» с «узелком». Когда дети освоятся, «ниточку» можно «удлинить», выбрав трех и более детей. Игру можно проводить, сопровождая движения текстом: Игла-барыня, княгиня. Весь мир нарядила. Нарядила, обшила, Сама раздетая ходила. Она тонка, да длинна, Одноуха, да остра, Одноуха, да остра, всему миру красна. Хвостик нитяной тянет, тянет за собой. Сквозь холст он проходит, Узелок себе находит. «Мы едем, едем, едем» Дети строятся в колонну «паровозиком», кладут руки друг другу на плечи. Под текст (замедляя и ускоряя его произношение) двигаются дробным топающим шагом. С окончанием текста «выходят из вагончиков» и собирают цветы или осенние листочки. По сигналу снова занимают места в вагончиках. Чух, чух, пыхчу. Пыхчу, ворчу. Стоять на месте не хочу. Колесами стучу, верчу — Садись скорее, прокачу! Чух! Чух!

Танец-игра "Лавата"

В припеве дети ходят по кругу взявшись за руки и напевают: Дружно танцуем мы - тра-та-та, тра-та-та - Танец веселый наш, это Лавата. Своеобразным запевом являются слова ведущего, например, "У меня ушки хороши, а у соседа лучше!" В этом случае дети ходят хороводом, держа друг друга за уши. Каждый раз ведущий дает новое "задание", и дети берут друг друга за локти, колени, плечи, голову и т. д. Чтобы игра состоялась, прикосновения не должны быть грубыми или болезненными для партнеров. В такт музыке дети вслед за взрослым похлопывают себя, а затем и соседей по плечам, бокам, ногам и т. д. Затем похлопывания упорядочиваются. Направление движения идет по четырем точкам: голова - плечи - бедра - лодыжки. Сначала количество прикосновений к каждой точке равно восьми, в следующем повторении четырем, затем двум и, наконец, одному разу. Это веселое упражнение направлено не только на тактильное взаимодействие, но и на развитие координации движений.

«Завивайся, ниточка, в клубок»

Играющие стоят друг за другом, держась за руки. Ведущий под хороводную музыку ведет детей «змейкой», затем закручивает свою «ниточку» в спираль, потом обратным движением ее раскручивает. Движения сопровождаются текстом: Завивайся, ниточка, в клубок, Завивайся, тонкая, в клубок, свяжет бабушка хорошенький чулок. Свяжет бабушка красивенький носок. Развивайся, ниточка, скорей, Развивайся, тонкая, скорей, свяжет бабушка чулочки подлинней, свяжет бабушка носочки попрочней.

«Веселая карусель»

Дети стоят по кругу, держась одной рукой за обруч. Под текст начинают движение, ускоряют, бегут, замедляют и останавливаются. Завертелись карусели, и помчались с ветерком, поначалу еле-еле, а потом бегом, бегом! Вот как весело бежать, вот как весело играть! Но пора остановиться и немного постоять!

«Воронила борона»

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

«Самолеты»

Педагог называет имена 3-4 детей и предлагает им подготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать. Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Педагог говорит: "К полету подготовиться. Завести моторы!" Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук "р-р-р". После сигнала педагога «Полетели!» дети разводят руки в стороны (как крылья у самолета) и летят - разбегаются в разные стороны. По сигналу педагога «На посадку!» они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа детей.

«Поезд».

Педагог предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: "Вы будете вагончиками, а я - паровозом". Паровоз дает гудок - и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: "Вот и остановка". Затем паровоз вновь дает гудок - и поезд движется дальше. Указания к проведению: Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу". Роль паровоза вначале выполняет педагог или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали. Играющие, строятся друг за другом, произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.