

Управление образования администрации городского округа «Город Йошкар-Ола»

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №43 г. Йошкар-Ола «Жар-птица»

СОГЛАСОВАНО

ведущий специалист сектора  
дошкольного образования

 Ю.Н. Соловьёва

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ №43 «Жар-птица»

 Н.В. Васенина

«31»  2022 г.

Принято педагогическим советом

от «31»  2022 г.

Протокол № 1

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Жар-птица»**

ID программы: 2630

Направленность программы: художественная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов: 64 часа

Разработчик программы: Шамтиева Эльвира Романовна, музыкальный руководитель высшей квалификационной категории МБДОУ №43 «Жар-птица»

Йошкар-Ола,  
2022

## СОДЕРЖАНИЕ

### Список литературы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.....	
1.1 Общая характеристика программы.....	
1.2 Цель и задачи программы .....	
1.3 Объем программы .....	
1.4 Содержание программы .....	
1.5 Планируемые результаты .....	
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогические условия.....	
2.1 Учебный план.....	
2.2 Календарный учебный график.....	
2.3 Условия реализации программы.....	
2.4 Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.....	
2.5 Оценочный материал.....	
2.6 Список литературы.....	

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляются все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо с раннего возраста развивать ребенка многогранно. Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ определяется через выбор хореографического направления. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

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 личность ребенка. Ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть общества. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, духовный мир людей различного возраста. Танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне. Из всего этого возник интерес и востребованность в дополнительных услугах художественного направления, что и привело к созданию дополнительной общеразвивающей программы для детей дошкольного возраста «Жар-птица». На занятиях ритмикой и танцами особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания, что и музыка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Жар-птица» имеет *художественную направленность*.

### 1.1 Общая характеристика программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Жар-птица» составлена на основе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- 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 28.09.2020 г. № 28);
- Устав МБДОУ «Детский сад №43 «Жар-птица»

**Актуальность программы** состоит в том, что занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности, но и развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.

МБДОУ Детский сад №43 «Жар-птица» осуществляет руководство образовательной программой, курирует работу всей программы, отвечает за организацию занятий, реализацию содержательной части модуля.

К **отличительным особенностям** программы относится активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на детей в возрасте 5-7 лет.

**Объём программы.** Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы «Жар-птица» составляет 64 часа. Деятельность детей по программе организовывается в форме групповых занятий.

**Срок освоения программы.** Программа предназначена для реализации в учреждении как дополнительное образование и рассчитана на 1 год обучения.

**Форма обучения.** Программа реализуется в очной форме.

**Уровень программы.** Базовый.

**Особенности организации образовательного процесса:**

в этой программе интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является:

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

**Новизна программы.** Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

**Режим занятий.** Занятия проводится 2 раза в неделю по 30 минут. Итого 1 час в неделю 32 учебных недели.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование навыков выполнения танцевальных движений посредством развития интереса к танцевальному искусству, основанного на освоении языка выразительных движений.

### **Задачи программы:**

#### *Обучающие:*

- вызвать у детей интерес к искусству танца, пробуждать эмоциональный отклик на музыку и танцевальные движения, помочь каждому ребенку раскрыться эмоционально, ярко передавая танцевальный образ;
- учить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте;
- учить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

#### *Развивающие:*

- развивать у детей активность, инициативу, умение преодолевать трудности;
- развивать чувство ритма, темпа, исполнительских навыков в танце; художественно-творческих способностей;
- способствовать укреплению здоровья детей, развивая силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений.
- развитие пространственных представлений и координации движений.

#### *Воспитательные:*

- развитие чувства взаимопомощи, внимательного отношения к другим;
- формирование самостоятельности;
- воспитание ответственного отношения к выполнению заданий, стремления доводить начатое до конца;
- повышение уровня самооценки детьми.

## 1.3. Объем программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы «Жар-птица» составляет 64 часа, продолжительностью 30 минут.

## 1.4 Содержание программы

Содержание программы строится на **следующих принципах:**

*Наглядность.* Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.

*Доступность.* Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

*Систематичность.* Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их исполнения.

*Закрепление навыков.* Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

*Индивидуальный подход.* Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.

*Сознательность.* Понимание пользы упражнений. Потребность их выполнения в домашних условиях.

### **Структура занятия**

**I часть** включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

**II часть** включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

**III часть** включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

### **Методы обучения, используемые в программе**

#### ***Логоритмика.***

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

#### ***Музыкальная разминка.***

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

#### ***Ритмическая гимнастика.***

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

#### ***Партерная гимнастика.***

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

#### ***Танцевальные движения.***

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

#### ***Сюжетно-образные танцы.***

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы

направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

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

## 1.5 Планируемые результаты

### ***Ожидаемые результаты***

Главным результатом обучения являются:

- укрепление в каждом ребенке веры в себя, свои возможности познавать и преобразовывать мир;
- развитие у детей чувства красоты, радости от выступлений перед своими близкими, друзьями и другими людьми.

В результате реализации данной образовательной программы дети *должны знать*:

- виды танцев (классический, народный, современный);
- танцевальную терминологию (поклон – книксен, реверанс, позиции ног и рук классического танца и т.д.);
- музыкальные жанры (песня, танец, марш).
- назначения отдельных упражнений танцевально - ритмической гимнастики.
- взаимосвязь движения, ритма и музыки;
- название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- правила сценического поведения.

*Дети должны уметь*:

- овладеть правилами поведения в музыкальном зале, умением ориентироваться в нем, выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку;
- освоить определенный запас общеразвивающих и танцевальных упражнений;
- красиво, выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выражать характер танцевального персонажа под музыку (веселый, грустный, лирический, героический и др.);
- импровизировать на любую тему под различное музыкальное сопровождение;

- дети без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации;
  - понимать и различать музыкальные размеры и ритмы;
  - определять и использовать основные рисунки, направления в движении;
  - исполнять этюды, танцевальные композиции и танцы;
- исполнять упражнения партерного экзерсиса;
- красиво и правильно исполнять двигательные элементы;
  - быстро и чётко реагировать на замечания педагога;
  - координировать движения

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Жар-птица»

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1	«Будем с танцами дружить!»	2	0	2	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
2	«Азбука танца»	4	0	4	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
3	«В коробке с карандашами»	4	1	3	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
4	«Здравствуй, сказка»	8	0	8	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
5	«Зимняя сказка»	8	1	7	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
6	«На птичьем дворе»	6	1	5	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
7	«Веселые пары»	8	2	6	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
8	«Приглашение к танцу»	8	2	6	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
9	«Во саду ли, в огороде»	8	2	6	Наблюдение, опрос, творческие задания, анализ
10	«Я танцевать хочу!»	8	1	7	Наблюдение, опрос, творческие



					задания, анализ
<b>Итого часов</b>		<b>64</b>	<b>10</b>	<b>54</b>	

## 2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	28.09	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Будем с танцами дружить!»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
2		30.09	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
3	Октябрь	5.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Азбука танца»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
4		7.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
5		12.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
6		14.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
7		19.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«В коробке с карандашам»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
8		21.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
9		26.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
10		28.10	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
11	Ноябрь	4.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Здравствуй, сказка»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
12		9.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
13		11.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
14		16.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
15		19.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
16		23.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
17		25.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
18		30.11	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
19	Декабрь	2.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Зимняя сказка»	муз. зал	наблюдение, опрос,

20		7.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	анализ упражнений, творческие задания.
21		9.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
22		14.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
23		16.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
24		21.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
25		23.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
26		28.12	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
27	Январь	11.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«На птичьем дворе»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
28		13.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
29		18.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
30		20.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
31		25.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
32		27.01	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
33	Февраль	1.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Веселые пары»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
34		3.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
35		8.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
36		10.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
37		15.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
38		17.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
39		22.02	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
40	Март	1.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Приглашение к танцу»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
41		3.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
42		10.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
43		15.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
44		17.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
45		22.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	

46		24.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
47		29.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
48		31.03	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
49	Апрель	5.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Во саду ли, в огороде»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
50		7.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
51		12.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
52		14.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
53		19.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
54		21.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
55		26.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
56		28.04	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
57	Май	3.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.	«Я танцевать хочу!»	муз. зал	наблюдение, опрос, анализ упражнений, творческие задания.
58		5.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
59		10.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
60		12.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
61		17.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
62		19.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
63		24.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	
64		26.05	16.00-16.30	Фронтально-групповая	30 мин.		муз. зал	

### 2.3 Условия реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Жар-птица» в ДОУ проводятся в специально оборудованном помещении (музыкальном зале), оснащенным достаточным количеством оборудования и инвентаря для всестороннего художественного развития обучающихся, в соответствии особенностям каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, а также возможности общения и совместной деятельности обучающихся и педагога, двигательной активности.

#### Кадровое обеспечение программы

В реализации программы участвует один педагог.

### **Учебно – методическое обеспечение**

#### 1. Технические средства обучения (звуковые).

- видеоаппаратура;
- мультимедийная система;
- пианино.

#### 2. Учебно-наглядные пособия.

3. Детские музыкальные инструменты: трещотки, палочки, металлофоны, бубны, гармошки, свистульки и др. музыкальные инструменты.

4. Маски – атрибуты зайчиков, лисички, муляжи овощей, фруктов, картинки разнообразные.

5. Просмотр видеозаписей с методическим материалом;

6. Использование различных дисков с записями музыкальных произведений;

7. Использование дидактических пособий (фотографий, картинок, игрушек и др.);

8. Атрибуты для танцевальных композиций (платочки, платки, кокошники, шляпы, ленты (0,5 – 1,2 метра), цветы, листья, корзинки, мячи, обручи, палки, игрушки, листочки по количеству детей; бантики, колокольчик, бубенцы.

9. Создание предметно развивающей среды способствующей всестороннему развитию ребенка (яркие костюмы, красочные декорации зала и т.д.).

### **2.4 Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации**

Освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточной аттестации и итоговой аттестации воспитанников.

При реализации программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка проводится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Форма проведения педагогической диагностики преимущественно представляет собой наблюдение за активностью обучающегося в различные периоды пребывания в ОУ, анализ продуктов детской деятельности и специальные диагностические ситуации, организуемые педагогом.

Педагогическая диагностика проводится два раза в год (в сентябре и мае).

В начале года педагогическая диагностика направлена на выявление стартовых возможностей обучающихся, в конце учебного года - наличие динамики в развитии.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Данные, полученные в результате оценки являются профессиональными материалами самого педагога и не подлежат проверке процесса контроля и надзора.

## 2.5 Оценочные материалы

### Результаты освоения программы

*Цель диагностики:* выявление уровня освоения программы ребенком.

*Метод диагностики:* наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий. При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие *программные задачи:*

- *Чувство музыкального ритма:*

Способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом и ритмом.

- *Эмоциональная отзывчивость:*

Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.

- *Танцевальное творчество:*

Способность правильно и выразительно исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

### Диагностическая карта

№ п/п	ФИ ребенка	Критерии						Итого
		Чувство музыкального ритма		Танцевальное творчество		Эмоциональная отзывчивость		
		нач. года	конец года	нач. года	конец года	нач. года	конец года	

#### Чувство музыкального ритма

*Начало года*

##### 1. Хлопки под музыку

3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.

2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.

1 балл – хлопает под музыку с помощью педагога.

0 баллов – не может хлопать под музыку.

*Конец года*

##### 1. Выделить хлопками сильные доли в музыке.

3 балла – самостоятельно выделяет сильные доли в музыке.

2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями.

1 балл – выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога.

0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.

*Начало года*

2. Смена движений со сменой частей музыки.

3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.

2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.

1 балл – меняет движение со сменой частей музыки с помощью педагога.

0 баллов – не слышит части музыки.

*Конец года*

2. Прохлопать ритмический рисунок под музыку.

3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку.

2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями.

1 балл – хлопает под музыку с помощью педагога.

0 баллов – не может прохлопать ритмический рисунок под музыку.

3. При помощи движений выделить смену частей музыки.

3 балла – самостоятельно меняет движение со сменой частей музыки.

2 балла – меняет движение со сменой частей музыки с небольшими неточностями.

1 балл – меняет движение со сменой частей музыки при помощи педагога.

## **Танцевальное творчество**

*Начало года*

1. Повторить за педагогом танцевальные движения.

3 балла – правильно и выразительно выполняет танцевальные движения.

2 балла – выразительно исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности.

1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности.

0 баллов – не может выполнять танцевальные движения.

*Конец года*

1. Исполнить танцевальную комбинацию.

3 балла – правильно и выразительно исполняет танцевальную комбинацию.

2 балла – выразительно исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности.

1 балл – исполняет танцевальную комбинацию при помощи педагога.

0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.

2. Выбрать движения согласно музыкальному материалу.

3 балла – правильно выбирает движения.

2 балла – выбирает движения, допуская небольшие неточности.

1 балл – выбирает движения при помощи педагога.

0 баллов – не может выбрать движения.

3. Придумать танцевальную комбинацию на заданную музыку.

3 балла – легко придумывает комбинацию, не путает стили музыки.

2 балла – придумывает комбинацию, но иногда требуется подсказка педагога.

1 балл – затрудняется в придумывании танцевальной комбинации.

0 баллов – не может придумать танцевальную комбинацию.

## **Эмоциональная отзывчивость**

*Начало года*

### 1. Упражнение «О чем рассказывает музыка»

3 балла – выразительно передает заданные образы.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.

1 балл – передает заданный образ с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ.

*Конец года*

### 1. Упражнение «Листок»

3 балла – выразительно передает заданные образы.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.

1 балл – передает заданный образ с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ.

*Начало года*

### 2. Упражнение «Птичий двор»

3 балла – выразительно передает заданные образы.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.

1 балл – передает заданный образ с помощью педагога.

0 баллов – не может передать заданный образ.

*Конец года*

### 2. Упражнение «В гостях у сказки»

3 балла – выразительно передает заданные образы.

2 балла – не очень выразительно передает заданные образы.

1 балл- передает заданный образ с помощью педагога.

0 баллов – не может передавать заданный образ.

## 2.6 Список используемой литературы

1. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. Общая редакция Сергеевой Т. М., М., 1963.
  2. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М., 1999 г.
  3. Бекина С. и др. «Музыка и движение», М., Просвещение, 1984 г.
  4. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» Санкт-Петербург, 2000
  5. Вавилов А. В. Ритмика и бальные танцы. Тюмень, 2005.
  6. Играем и танцуем. Игры, танцы и упражнения для детей дошкольного возраста. М., 1984.
  7. Лифиц И. В. Ритмика. Часть 1. Методическое пособие для преподавателей. М., 1992.
  8. Луговская А. Ритмические упражнения, игры, пляски. М., 1991.
  9. Макшанцева Е. Д. Детские забавы. М., 1991.
  10. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П. 3 издание, дораб. – М.: «Просвещение», 1991г.
  11. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. А.: Учите детей танцевать.// Владос, 2004.
  12. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальные движения. М., 1972.
  13. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика» ЛИНКА-ПРЕСС. Москва, 2006
  14. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» вып.2,4.
  15. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003 г.
  16. Тоболкина Е. Н. Танцы для всех. Тюмень, 2004.
  17. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. М., 1987.
  18. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. М., 1989.
  19. Хрестоматия музыкального материала по ритмике. М., 1992.
  20. Циркова Н. П. В мире бального танца// Фольклор – музыка – театр. М., 1999.
1. Интернет-ресурсы:  
[https://vk.com/d\\_seminar](https://vk.com/d_seminar)  
<https://secret-terpsihor.com.ua>



ЛОГОРИТМИКА. Упражнения и стихи.

«Путешествие в сказочный лес»

- Педагог: Я Вам рада, в лес сегодня заглянуть нам надо  
Посмотреть на елочки, на стройные иголочки  
Мишку, зайчика, лисичку по-проведать, не забыть  
И лягушку, и квакушку стороной не обходить.  
Всем приветы передать, в гости их к себе позвать  
Крепко за руки взялись, в путь дорожку собрались.
- (Дети встают в пары)  
Вместе дружно мы идем  
Вместе песенку поем  
Вместе весело живем  
Вместе в лес гулять пойдем.
- (Дети в парах идут друг за другом, вытягивая и держа спинку, у мальчиков рука на поясе, у девочек на юбочке)  
На полянку мы пришли  
Вы ребята, молодцы!!  
Выберем себе пенечки  
Соберем здесь все грибочки.
- (Упражнение на приседание «сели, встали»)  
Сели, встали  
Сели, встали  
Потянулись, позевали  
Другу ручкой помахали  
Улыбнулись, побежали!  
Мы бежали, мы бежали  
Ножки лихо поднимали  
Ручки за спину сложив,  
И соседа удивив.
- (Дети встают в круг, руки на поясе, и проделывают все по тексту, а затем начинают бег по кругу)  
Долго с вами мы бежали  
Медвежонка увидали!
- (Из числа детей выбираем одного ребенка и укладываем его на спинку, как мишку, все остальные дети вокруг него)  
Мишка, Мишка  
Спи, малышка  
Мы тихонечко бежим  
Сон твой сладкий сторожим.
- (Дети вокруг медведя, бег на полу-пальцах )  
Спать медведя положая, продолжаем мы гулять  
В чащу леса забрели и комариков нашли!
- (Играет музыка, дети хлопают в ладоши, ловят комариков, упражнение на громко-тихо, динамические оттенки)  
Комарики, комарики, летаете весь день  
Сейчас надует шарик мы, для всех своих друзей!
- (Дети взялись за руки. Игра «Надуем шар»)  
Надувайся, шар, надувайся большой  
Оставайся такой и не лопайся!
- (Постепенно усложняем задачу и добавляем притопы и хлопки)  
В шар садимся мы с друзьями  
Пролетаем над горами  
Над лесами и полями.
- (Дети встают в тесную кучку и машут руками, приветствуя всех вокруг, далее импровизационно дети разлетаются по залу)  
Что за птицы в небе синем, высоко-высоко  
Это мчатся самолеты, далеко-далеко  
Звезды ясные сияют, под крылом-под крылом  
Наши славные пилоты, за рулем-за рулем.  
Самолет летит, самолет гудит  
Уууууууууууууу, я лечу в Москву  
Командир-пилот, самолет ревет  
Уууууууууууууу, я лечу в тайгу.

-Полетали? (дети: да!)

-Приземлились? (дети: да!)

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

(Педагог в центре, дети вокруг)

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

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

-Интересно Вам в лесу?

-Да!!!!

-Наверное, еще погуляем по нему?

-Да!!!!

-Кто еще же здесь живет?

Лисичка, зайчик, волк, енот

Много бабочек, кукушек

Львят, мышат и саранчи!

А сейчас устроим танцы

Все зверята, молодцы!!!

(Импровизация по заданию):

-Ползаем, как мышки

-Рычим, как львята

-Летаем, как бабочки

-Танцуем, как лисички.

-Танцевали и летали

Песни пели и рычали

Притомились мы немного

Сядем, выдохнем немного

- Ветер сильно вдруг подул, деревца качаются

Потемнело уж в лесу, дождик начинается!

- Прыгаем по лужам: прыг-прыг-прыг

И садимся в поезд: чух-чух-чух

Проверим мы колесики: тук-тук-тук

Отправляемся домой, по дороженьке ночной!

### «На деревне у бабушки»

Педагог: Соберем мы всех ребят

Ведь они уже не спят

Поиграем мы чуть-чуть

Соберемся вместе в путь.

Чтоб никто не заблудился

Крепко за руки взялись

В путь дорожку собрались.

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

-самолет построим сами

Пролетим над городами

Пронесемся над полями

Над макушками деревьев

Над опушками лесов

И в любимую деревню

Прямо к бабушке за стол

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

Мы приехали к бабуле, в ее славный, теплый дом

Выйдем с другом в огород фруктов, овощей нарвем.

Взялись дружно мы за дело

Посадили репку смело  
Лук, огурчики, картошку  
И зеленого горошка!

(Дети встают на свои места)

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

(Смена мест)

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

(Смена мест)

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

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

Раз малинка, два малинка - прямо у окошка  
Раз малинка, два малинка - целое лукошко  
Только надо рано встать, чтоб лукошко то собрать.

(3 притопа - 2раза, вокруг себя - 2раза)

Высоко кричит синичка, ой, как выросла клубничка  
Нужно быстренько срывать, полетела деток звать!

(Полу-пальцы, наклоны вперед)

Что за грохот - бум-бум-бум - яблочко упало!  
В травке яблочко найдем, чтобы не пропало.

(Притопы, руки к полу)

Мы черничку соберем в папин день рождения  
Сварим папе поскорей вкусное варенье  
Скажет папа: «Молодцы!», всем подарки-леденцы!

(Собираем пальчиками ягодки, мешаем поварешкой в кастрюле, прыгаем и хлопаем в ладоши)

Мы висели под дождем, капал дождик ночью, днем  
Чтоб краснели мы и спели, чтоб скорей нас детки съели  
Всех помыл нас дождь сейчас, мы чернички - ешьте нас!

(Тянемся ручками наверх, затем показываем, какие мы красивые, и как нас съели)

Чесночок наш, чесночок, ой, как горько-горько!  
Чесночок наш, чесночок, ест телянок Борька  
Нам скажи-ка почему? Чтобы сильным быть му-му!!!

(Упражнение на мимику все по тексту)

Ходит по полю бычок, вкусно пахнет, как лучок!  
В носике щекочется, скушаю, раз хочется!

(Ходим вокруг себя на месте, как бычки, за вторым разом расходимся по залу)

-К бабушке вернемся в дом, пирожки мы испечем  
Надо теста взять в ладошки, помесить его немножко  
В печке нужно подержать и немножко подождать!

(дети ложатся на пол, на животики, а ножки в «бабочку» и слушают рассказ про гнома, отвечают на вопросы)

Кто живет под потолком? - Гном  
У него есть борода? – Да  
А манишка и жилет? – нет  
С кем он утром кофе пьет? – Кот  
С кем он бегаёт по крыше? – Мыши  
И давно он там живет? – Год  
Он капризничает, да? – Никогда  
Но, а как его зовут? – Спрут.

(Повторяем несколько раз)

«Кисти»: Есть у нас капуста,

Большая капуста

Мы капусту режем, режем

Мы капусту солим, солим

Мы капусту трем, трем

Мы капусту мнем, мнем

Полежали, погуляли

В огороде побывали

Всех цыпляток покормили

И бабуле угодили!!!

### «Зоопарк»

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

Педагог: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте.

(поклон с плие и кивком головы, шаг приставной)

Нам пора, друзья мои!  
Впереди каникулы.  
В зоопарк шагаем дружно,  
Нам зверят увидеть нужно!

(ходьба по кругу с вытягиванием стоп, с высоким подниманием колена, на полупальцах, на пятках, мелкий бег на полупальцах, бег взмахлест, 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 – (верблюд).  
В болоте славно я живу,  
И жвачку жвачную жую,  
Большой живот, огромный рот,  
Я настоящий (бегемот).  
Я длинная, холодная,  
Хоть сыта, хоть голодная.  
Когда сержусь, могу ужалить Я,  
Ох, я опасная – (змея)  
Я большой, хоть старый, хоть молодой,  
Обливаюсь водой,  
Я из носа как из лейки.  
Ты воды мне не жалея-ка.  
Это явь, совсем не сон,  
А зовусь я, братцы, - (слон).  
Очень стройный и красивый,  
С челкой и пушистой гривой.  
Плавать может и скакать,  
Ест овес, умеет ржать,  
Прыгнет в воду и огонь,  
Верный человеку – (конь).  
Черный фрак, белая манишка.  
Не страшны ему злые холода.  
В Антарктиде бродит торопыжка.  
Не летает, но это не беда.  
Крылья – весла,  
Чтоб догнать любую рыбу.  
В лапах яйца, чтобы вывелся птенец.  
Так не смог бы жить ни я, ни ты бы.  
Вот как птица?  
(Пингвин)

Ты молодец!

### «Осенний лес»

Вот полянка, а вокруг (широким жестом руки в стороны)  
Липы выстроились в круг (округленные руки сцепить над головой)  
Липы кронами шумят (руки вверху, качаем из стороны в сторону)  
Ветры в их листве гудят (наклон вперед)  
Вниз верхушки прогибают (наклон вперед, покачать туловищем)  
И качают их, качают.  
После дождика и гроз (выпрямиться, руки поднять)  
Липы льют потоки слез (плавно опустить руки, перебирая пальцами)  
Каждый листик по слезинке (руки вниз, энергично потрясти кистями)  
Должен сбросить на тропинки.  
Кап и кап, кап и кап (хлопать в ладоши)  
Капли, капли, капли – кап!  
До чего же листик слаб (уронить руки).  
Он умоется дождем (погладить сначала одну руку, затем другую),  
Будет крепнуть с каждым днем (сжать кулачки)  
Собираемся друзья,  
Медлить нам совсем нельзя!  
В путешествие пойдем  
И друзей себе найдем.  
Дружно за руки берись, друг за другом становись!  
Тихо шагом мы идем, руки поднимаем.  
Дружно песенку поем, вместе приседаем.  
Разогрев (детские песни, трек №1)  
В пары встанут малыши,  
Наши ручки хороши!  
Стенка, стенка,  
Потолок,  
Два окна, один звонок!  
Пиинии (нажимаем на носик, как на звоночек)  
(дети в парах друг с другом)  
А теперь, мои друзья,  
Мы найдем свои места

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

«Для рук»:

Три сороки  
Тараторки  
Тараторили на горке  
Тараторили на горке  
Три сороки  
Тараторки  
(плюс про апельсин)  
Беленькое облако (округлые руки перед собой, пальцы в замок)  
Поднялось над крышей (не расцепляя рук, поднять их над головой)  
Устремилось облако (выпрямить руки)  
Выше, выше, выше (руки вверх).  
Ветер это облако (плавные покачивания руками над головой)  
Зацепил за кручу (сцепить руки кончиками пальцев над головой)  
Превратилось облако (руками описать через стороны вниз большой круг)  
В дождевую тучу! (присесть)  
Маленькие тучки  
По небу плывут,  
Хлопают в ладоши,  
Радостно живу

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

### «Веселое путешествие»

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

Паровоз, паровоз  
Новенький блестящий,  
Он вагоны повез  
Будто настоящий.  
Кто едет в поезде?  
Плюшевые мишки,  
Зайцы пушистые,  
Кошки да мартышки.  
Вот какой паровоз  
К празднику купили,  
Вот какой паровоз  
Детям подарили.  
Дальняя, дальняя,  
Дальняя дорога,  
Вдоль нашей комнаты  
Прямо до порога.  
Чух-чух-чух-чух.  
Встанем, деточки, в кружок,  
И получится лужок.  
По нему пойдем гулять,  
Разны травки собирать.  
(музыка)

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

*По диагонали:*

Большие ноги шли по дороге, (большой, широкий шаг)  
Маленькие ножки бежали по дорожке, (короткий шаг)  
По ровненькой дорожке, (шаги «утюжки»)  
По ровненькой дорожке, (шаги «утюжки»)  
Шагают наши ножки (шаги «марш»)  
Раз-два, раз-два (шаги «марш»)  
По камешкам, по камешкам, (на полу-пальцах)  
По камешкам, по камешкам. (на полу-пальцах)  
Раз-два

### Упражнение для плеч.

Тита-тита-тита-та  
Вышла кошка за кота,

За Кота Котовича,  
 За Петра Петровича.  
 За котом не худо жить,  
 Ему портков не надо шить,  
 Для Кота Котовича,  
 Для Петра Петровича.  
 Все захлопали в ладошки  
 Дружно, веселее.  
 Застучали наши ножки  
 Громче и быстрее  
 По коленочкам ударили  
 Тише, тише, тише.  
 Ручки, ручки поднимаем  
 Выше, выше, выше.  
 Завертелись наши ручки,  
 Снова опустились,  
 Покружились, покружились,  
 И остановились.  
 (Дети выполняют все движения согласно тексту)  
 Самолеты загудели (руки в стороны, наклоны влево и вправо)  
 Самолеты полетели (вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)  
 На полянку тихо сели (присесть, руки к коленям)  
 Да и снова полетели (летим по кругу вокруг себя)  
 У-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у  
 (Летим по залу, трек № 054 «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)  
Всё! Устали наши ножки (сесть или наклониться вперед, руки свесить вниз).

### Упражнение на ритмические рисунки: «Дождь»

(вместе стучим кулачками по полу и ходим топаем)

Тихий-тихий дождик кап-кап-кап,  
Сильный-сильный дождик кап-кап-кап,  
Сильный-сильный ливень кап-кап-кап.  
Гром! Гром! (хлопаем)  
В небе молния блеснит! (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  
(Сократи) 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,  
Поросычьи 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,  
Крыльшками хлопая,  
Пять, четыре, три, два, раз,  
Прижимай коленочки и таз.

*«Бабочка»:*

Бабочка красавица  
В небо полетела  
Крыльшки расправила  
На капусту села

*Упражнение «поднятие ног на 90°, 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 «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  
Пойдемте ребята, пойдем погулять.  
(Играет музыка, музыка заканчивается - все снова строятся в поезд)

## Партерная гимнастика

Партерная гимнастика – это комплекс специально подобранных физических упражнений, основной особенностью которые 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 внутриполостному давлению, 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 должны 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 коврик, 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 дольки.

### **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.

#### **Нырляшки за жемчугом**

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

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

2-7 - попеременные движения ногами вверх-вниз.

8 - принять исходное положение.

### **Серия упражнений для укрепления мышц брюшного пресса**

#### **Русалочка**

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

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

3-4 - принять исходное положение.

5-8 -то же в другую сторону.

#### **Катамаран**

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

1-16- имитировать нажимания" ногами на педали.

#### **Медуза**

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

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

2-3 - держать.

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

#### **Кальмар**

И.п. - сидя, руки в упоре сзади.

1 - согнуть ноги, притягивая колени к груди.

2 - разогнуть ноги в стороны - вверх.

3 - ноги вместе.

4 - принять исходное положение.

#### **Кит**

И.п. - лежа на спине, руки к плечам.

1-2 - сесть, руки вверх.

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

7-8 - принять исходное положение.

**Сюжетно-образные танцы.**

Ниже приведены описания некоторых сюжетно-образных танцев.

**Танец «Рыбачок»**

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

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

**Танец "Бибика"**

Песня «Бибика» (группа «Волшебники двора»)

Проигрыш Едем! Едем! Июньскими тёплыми днями и в мае, и в сентябре Встречаюсь я снова с друзьями в песочнице, во дворе Кто с куклой, а кто с пистолетом, а кто-то приносит слона А я вам скажу по секрету, бибика – игрушка моя! Едем, едем!	На вступление – «выежаем» 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.	Два шага влево с наклоном влево, также вправо Два шага влево с наклоном влево, также вправо

<p>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет  Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!  Едем!Едем!</p>	<p>круговое движение обручем справа налево и обратно  поворот через левое плечо вокруг себя  Правой рукой сверху вниз</p>
<p>В солдатики я не играю,  не нужен мне велосипед!  Бибику свою я катаю, бибика моя лучше всех!  А ночью, когда засыпаю, пускай мне приснится –  ХАЙВЕЙ  И мама бибику поставит, в гараж под кроватью  моей!  Едем, едем!</p>	<p>Поднимаем прямую левую, затем правую ногу 2 раза  сесть, левую согнуть правую ногу вытянуть вперед  выпрямить левую ногу, делать наклоны вперед 4 раза  сгруппироваться лечь вперед, кольцо перед собой  выпрыгнуть, руки с кольцом вверх, ноги врозь  наклон вниз, заведения обруча за ноги 3 раза  выпрыгнуть обруч перед собой  рукой сверху вниз</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!  Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.  Покрашу я бибику, в любимый красный цвет  Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет</p>	<p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо  Два шага влево с наклоном влево, также вправо  круговое движение обручем справа налево и обратно  поворот через левое плечо вокруг себя</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!  Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.  Покрашу я бибику, в любимый красный цвет  Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!  Едем, едем!</p> <p>Проигрыш</p>	<p>Перестраиваемся в две колонны и движемся противоходом  в обход зала в конце на середине встречаемся, идем парами  вперед  рукой сверху вниз</p> <p>продолжаем двигаться вперед и на месте кладем  внутреннюю руку на плечо впереди стоящему, внешняя  рука с кольцом вниз,</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!  Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.  Покрашу я бибику, в любимый красный цвет  Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!</p>	<p>Расходимся на два малых круга и снова встречаемся по  середине, едем вперед двумя колоннами и становимся на  свои места</p>
<p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!  Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.  Покрашу я бибику, в любимый красный цвет  Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!  Едем! Едем!  Би-БИ!</p>	<p>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</p>

## Танец «Тучка»

### Песня «Виноватая тучка»

<p>Злую тучку наказали  Ты плохая, ей сказали.  И она заплакала,  Да кап-кап-кап закапала.  Припев:  Кап-кап-кап  дождик пошел,  Кап-кап-кап  дождик пошел  Мыши сразу задрожали.  Мыши в норы побежали.  Полетели птицы вниз,  Да птицы  сели на карниз.  Припев:  Кап-кап-кап дождик пошел,  Кап-кап-кап дождик пошел  Пес по имени Барбос  Струсил не на шутку.  Еле ноги он унес  В свою собачью будку.  Припев:  Кап-кап-кап дождик пошел,  Кап-кап-кап дождик пошел  Ну а мы с тобой не тужим,  Босиком бежим по лужам.</p>	<p>Грозят указательным пальчиком правой руки, а  левая рука – на поясе  Кулачками «трут глазки». Локоточки разведены  в стороны.</p> <p>3 хлопка  Встряхиваем кистями рук перед глазками.  3 хлопка  Встряхиваем кистями рук перед глазками.  Имитируют движения мышек-трусисек</p> <p>Взмахивают ручками-крыльями через стороны  вверх-вниз, одновременно пружиня колени.  Присели («Плие»)</p> <p>Движения те же</p> <p>Имитируют движения собачки, виляющей  хвостиком.  Кружатся на «дробном шаге» вокруг себя.</p> <p>Движения те же</p> <p>«Легким бегом» двигают по кругу против часовой  стрелки.</p>
---	---

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 Кап-кап-кап дождик прошел Кап, как, кап.	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 Руки убрать за спинку, наклоны головой вправо- влево Наклон головы вправо-влево -вперёд.
---	--

### Танец «Ромашка»

Песня «Ромашка»

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

1. Научила на ромашке меня бабушка гадать,

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

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

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

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

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

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

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

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

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

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

Завтра всё начну сначала – берегитесь женихи!

Припев: 1.2.3.4.5. Что-то сбилась я опять!

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

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

### Танец «Барбарики»

Песня «Мы друзья» гр. «Барбарики»

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

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

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

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

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

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

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

«...У друзей нет выходных» - кружатся вокруг себя и в конце – «твист», приседая;

**А** «..Если свалится счастье» - каждая шеренга образует кружок и двигаются подскоками, взявшись за руки ( в 4 углах зала);

**Б** – кружатся подскоками парой; с окончанием музыки останавливаются лицом в круг;

**С** – то же в «своем» кругу;

**Д** – «..Если каждый друг по кругу – перестраиваются в общий круг и идут в ритме музыки, взявшись за руки;

**Б** – кружатся со «своей» парой в общем кругу;

**С** – то же в общем кругу;

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

### **Танец «Гномики»**

Детская студия «Дельфин»

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

#### **I КУПЛЕТ:**

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

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

«Под землей они живут...» - делают шаг вперед правой ногой на пятку, левой ногой в сторону на пятку, 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

#### **II КУПЛЕТ:**

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

«Я надена колпачок...» - делают шаг вперед правой ногой на пятку, левой ногой в сторону на пятку, 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.

#### **III КУПЛЕТ –**

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

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

«Угощу я их печеньем и малиновым вареньем...» - 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

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 М.Львовского из кинофильма «Завтрак на траве»)

Участвует любое количество детей.

Вступление: Дети встают по залу в шахматном порядке.

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

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

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 клубничкой... снова руки вверх

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

3 куплет: не пугают... все дети поднимаются и двигаются ритмично по кругу друг за другом, движение «кукарача»

И в июле... начинают перестроение и выстраиваются в шахматном порядке, лицом к зрителям

Припев: и у края... ритмичное выбрасывание рук поочередно вверх, при этом пританцовывая

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

Поклон.

### Танец «Чико-Нико»

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

## Музыкальные игры.

Ниже приводится описание игр, используемых на занятиях по «Жар-птицу».

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

**«Снеговик»**

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

**«Снежинки-ручейки»**

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

**«Снегопад»**

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

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

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

**«Прекрасные цветы»**

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

Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике.

Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть; дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождиком снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой. Роли Солнышка и Дождика могут исполнять дети.

**«Зернышко»**

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

**«Карнавал животных»**

Под музыку Сен-Санса «Карнавал животных» дети должны изобразить характерные движения тех персонажей, о которых рассказывает произведение.

Можно использовать наиболее образные фрагменты сюиты: «Куры и петухи», «Слоны», «Кенгуру», «Аквариум», «Королевский марш львов», «Лебедь».

**«Цыплята»**

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

**«Магазин игрушек»**

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

### «Марионетки»

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

### «Передай настроение»

По просьбе взрослого дети изображают: походку бабушки, движения веселого клоуна, задумчивого или рассеянного человека, радостно бегущего к маме ребенка, походку малыша, который учится ходить, походку осторожного охотника.

Вариант. Чтобы детям было интересней, можно приготовить карточки, на которых изображены сказочные герои: Буратино, Мальвина, Винни-Пух и так далее. Дети изображают данного персонажа.

### «Ниточка с иголочкой»

Дети становятся по кругу. Считалкой выбирают из играющих «иголочку», «ниточку» и «узелок», которые выходят и круг. В это время остальные берутся за руки и поднимают их вверх воротиками. По сигналу «иголочка», «ниточка» и «узелок» начинают бегать между детьми. При этом «иголочка» 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 проборонить. Одна шеренга движется дробным шагом мимо другой, сопровождая движение скороговоркой: «Воронила борона по боронованному полю». Дойдя до противоположного края, дети останавливаются и разворачиваются. Образуется новый угол. И теперь дробным шагом начинает движение другая шеренга.

#### **«Самолеты»**

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

#### **«Поезд».**

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

Указания к проведению:

Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу".

Роль паровоза вначале выполняет педагог или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали.

Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.

## Описание образовательной деятельности программы

### Модуль 1. «Будем с танцами дружить»

**Программное содержание:** формировать интерес к занятиям и общую культуру личности. Обучить детей танцевальному шагу с носка.

*Теория:*

1. Знакомство с детьми.
2. Рассказ руководителя об основных правилах поведения в музыкальном зале, правила техники безопасности.
3. Дать детям представление о том, что такое танец и какие виды танцев бывают.

*Практика:*

1. Приветствие
2. Показ руководителем правильной постановки корпуса, положении рук на талии, позиции ног, танцевальный шаг с носка.
3. Показ элементов танца «Топ по паркету»
4. Разучивание движений детьми.
5. Игра «Давайте потанцуем»

### Модуль 2. «Азбука танца»

**Программное содержание:** учить детей основным танцевальным позициям ног и рук, первоначальным навыкам координации движений, правильной осанке при исполнении движений.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен).
2. Перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2,4.
3. Совершенствование и закрепление движений танца «Топ по паркету»
5. Партнерская гимнастика «Бабочка», «Карандаши», «Солнышко»
6. Игра «Музыкальные ворота»

### Модуль 3. «В коробке с карандашами»

**Программное содержание:** развивать чувство ритма и координацию движений. Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. Учить детей слушать музыку, понимать ее настроение, характер и передавать их танцевальными движениями.

*Теория:*

Учить детей строить рисунки танца и перестраиваться с одного темпа музыки на другой.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен).
2. Знакомство с разминкой «Я рисую солнце»
3. Танцевальная композиция «В коробке с карандашами» (показ, разучивание)

4. Партнерская гимнастика «Карандаши»
5. Игра «Скорый поезд»

#### **Модуль 4. «Здравствуй, сказка!»**

**Программное содержание:** научить перестраиваться из одного рисунка в другой. Развивать первоначальные навыки координации движений. Научить передавать заданный образ.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький и обратно, колонна, круг)
2. Разминка «Сказочные герои»
3. Хлопки в ладоши – простые и ритмические
4. Танцевальная композиция «Коротышки»
5. Партнерская гимнастика: «Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»
6. Игра «Сказочный лес»

#### **Модуль 5. «Зимняя сказка»**

**Программное содержание:** продолжать развивать исполнительское умение в танцах, чувство ритма, умение передавать характер музыки через движение, ее эмоционально-образное содержание.

*Теория:*

Учить детей правильному исполнению танцевального шага и умению ориентироваться в пространстве.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки)
2. Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.
3. Разминка «Зимние забавы» (показ, разучивание)
4. Танцевальная композиция «Зима-красавица!» (показ, разучивание)
5. Партнерская гимнастика «Дощечка», «Складочка»
6. Игра «Круг дружбы»

Выступление с разученными композициями перед детьми младшей группы

#### **Модуль 6. «На птичьем дворе»**

**Программное содержание:** учить детей передавать в движениях предложенные образы. Развивать умение двигаться ритмично, в соответствии с характером, темпом музыки. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Развивать ориентировку в пространстве. Учить детей двигаться синхронно.

Учить правильной осанке при исполнении движений.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием)
2. Перестроения – круг, диагональ, змейка.
3. Разминка «Ку-ка-ре-ку»

4. Танец – игра «Ку-чи-чи» (показ, разучивание)
5. Партерная гимнастика «Солнышко», «Рыбка»

### **Модуль 7. «Веселые пары»**

**Программное содержание:** обучить детей основным ходам и движениям парного танца. Учить танцевать в паре, следить за осанкой, поворотом головы на партнера, «играть» в ладоши ритмично. Закрепить знания об основных видах парных танцев. Продолжать учить двигаться синхронно.

*Теория:* Обучить детей основным ходам и движениям парного танца.

*Практика:* Познакомить детей с композицией «Дружные пары».

1. Маршировка (шаг с носка, на полупальцах, с ударом, галоп, подскоки)
2. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг.
3. Знакомство с танцевальной композицией «Дружные пары» (показ, разучивание танцевальных движений)
4. Партнерская гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепления мышц спины)
5. Игра «Заплетися, мой плетень»

### **Модуль 8. «Приглашение к танцу»**

**Программное содержание:** познакомить с танцем «вальс». Работать над элегантностью исполнения, следить за осанкой и поворотом головы. Продолжать учить перестраиваться из одного рисунка в другой. Формировать правильное исполнение танцевальных шагов и умение ориентироваться в пространстве.

*Теория:* Знакомство детей с бальным танцем. Рассказать о вальсе и его особенностях.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен)
2. Перестроения – круг, змейка, квадрат.
3. Разминка «Раз, два, три, четыре»
4. «Вальс «Дружба» (показ, разучивание)
5. Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепления мышц спины и живота). «Солнышко», «Рыбка»
6. Игра «Давайте потанцуем», «Музыкальные змейки».

### **Модуль 9. «Во саду ли, в огороде»**

**Программное содержание:** познакомить детей с особенностями русского танца. Развивать координацию, фантазию и воображение. Учить правильной осанке при выполнении движений. Научить детей передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.

*Теория:* Познакомить детей с особенностями русского танца.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен).

2. Перестроения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, две шеренги, «шторки», круг, четыре колонны, змейка, квадрат.
3. Разминка «Ах, вы сени», «Зарядка»
4. Танцевальная композиция «Порушка-Пораня»
5. Партнерская гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепления мышц спины). «Солнышко», «Рыбка»
6. Игра «Веселый оркестр»

### **Модуль 10. «Я танцевать хочу»**

Программное содержание: учить детей строить рисунки танца и перестраиваться с одного темпа музыки на другой. Способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма и способности к импровизации.

*Теория:* Знакомство с особенностями эстрадного танца.

*Практика:*

1. Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен)
2. Перестроения – врассыпную, шеренга, круг, в пары круг в круге, врассыпную.
3. Разминка «Раз, два, три, четыре»
4. Танец «Горошинки» (показ, разучивание танцевальных движений)
5. Партнерская гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепления мышц и живота)
6. Игра «Ромашки».