Комитет образования и науки администрации Новокузнецка
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
«Детский сад № 257»
(МБ ДОУ «Детский сад № 257»)

РАССМОТРЕНА	ПРИНЯТА	УТВЕРЖДАЮ
на заседании методического совета	на заседании педагогического совета	Заведующий МБ ДОУ «Детский сад "№ 257» М.М. Сбитнева
Протокол № 1	Протокол № 1	Приказ № 154
от 28.08.2023	от 30.08.2023	от 30.08.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«РИТМЫ ДЕТСТВА»

Возраст учащихся: 5-7 лет
Срок реализации программы: 2 года

Разработчик:
Богословская Е.М.
музыкальный руководитель

Новокузнецкий городской округ, 2023 год

Сбитнева Марина Михайловна

Подписано цифровой подписью: Сбитнева Марина Михайловна

СОДЕРЖАНИЕ

Комплекс основных характеристик программы **3**

Пояснительная записка **3**

Содержание программы. **7**

Содержание программы первого года обучения **7**

Содержание программы второго года обучения **9**

Комплекс организационно-педагогических условий **11**

План воспитательной работы **14**

Список литературы **15**

Приложения **16**

Приложение 1. **16**

Приложение 2. **Сборник «Нескучные занятия»** **18**

«Веселый ритм» **20**

«Разминаемся, играя» **21**

«Танцы в стихах» **26**

«Музыкальные игры» **29**

«Игровые развивающие сюжетно-образные танцы» **31**

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Основные требования к структуре и содержанию ДООП и их реализации в условиях ПФДО закреплены в следующих документах:

- Конституция Российской Федерации.
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями и дополнениями.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 N 56722).
- Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования;
- Постановление администрации города Новокузнецка от 24 июля 2019 года №130 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории Новокузнецкого городского округа и определении уполномоченного органа по внедрению системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Новокузнецкого городского округа»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 2 декабря 2019 г. N 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 No ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N 996-р)»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмы детства» (далее – Программа) – ***художественная.*** Программа реализуется на ***стартовом уровне***.

Актуальность программы.

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, умственного, физического, нравственного и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание выступает как целенаправленный процесс формирования творчески активной личности человека, способного с позиций доступного его пониманию художественного идеала воспринимать и оценивать прекрасное, совершенное, гармоничное в природе, искусстве, жить и творить по законам красоты.

Хореографическое искусство как средство эстетического воспитания стоит в одном ряду с другими видами искусства, не уступая им по выразительности и художественному воздействию. Искусство танца близко детям и любимо детьми. Они систематически посещают занятия в течение длительного времени, проявляя настойчивость. Это дает возможность проводить большую воспитательную работу, используя специфические средства искусства танца.

Бодрая оптимистическая настроенность позволяет воспитывать активных, энергичных, жизнерадостных людей. У воспитанников развивается зрительная, музыкальная, мышечная, память, внимание, совершенствуется творческая активность, устраняются психологические барьеры, увеличиваются гибкость и подвижность тела, развиваются чувство ритма, координация движений и танцевальная выразительность. Воспитанники постепенно приобретают эмоциональную отзывчивость на музыку и навыки социально-активной личности.

Актуальность данной программы возрастает в связи с запросом родителей (законных представителей) максимального развития детей в ДОУ: углубления и дополнения умений и способностей в комфортной для них обстановке. Кроме того, по окончании двухлетнего срока обучения, к моменту выпуска из ДОУ, родители имеют представление о музыкально-двигательных возможностях своих детей. Мы даем рекомендации о продолжении занятий хореографией в профессиональных хореографических коллективах.

Адресат программы. Данная Программа рассчитана на детей старшего дошкольного возраста – мальчики и девочки 5-6 лет. Набор в объединение осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений. Обязательным условием приема детей в объединение является наличие медицинской справки, дающей допуск к занятиям с физическими нагрузками

Количественный состав каждой группы – 10 человек. Состав групп является постоянным.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 2 года обучения. Общий объем часов по программе – 118 часов: первый год – 56 часов, второй год – 56 часов.

Формы обучения и формы организации обучения: очное; основной формой организации обучения является очное занятие.

Режим занятий:

В неделю проводятся два занятия по одному учебному часу.

Длительность одного учебного часа:

- *старшая группа (5-6 лет)* - 25 минут,
- *подготовительная группа* (6-7 лет) - 30 минут.

Цель программы*:* развитие музыкальных, двигательных, творческих способностей воспитанников старшего дошкольного возраста, интереса к занятиям танцем в процессе овладения начальными хореографическими умениями и навыками.

Задачи программы*:*

- Формировать знания о правилах безопасного поведения на занятиях.
- Развивать координацию (расположение правой и левой сторон тела, перестроений в зале); гибкость, общую физическую выносливость; пластичность тела, культуру движения (движение в выворотном положении ног; правильную осанку);
- Развивать музыкальный слух и чувство ритма: ритмический рисунок марша, польки, вальса, умение точно реагировать на изменения темпа музыки, вовремя начинать и заканчивать движения в соответствии с музыкой;
- Развивать артистические способности воспитанников, творческую активность (умение передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой);
- Познакомить с элементами различных жанров хореографического искусства.
- Воспитывать активность, самостоятельность, сознательность, коммуникативные способности.
- Создавать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Задачи первого года обучения по Программе:

- Знакомить с правилами поведения на занятии, воспитывать сознательность, ответственность за выполняемые действия.
- Развивать координацию: знание правой и левой сторон тела; умение удерживать равновесие на одной ноге.
- Формировать правильную осанку: удерживать позвоночник вытянутым, с опущенными плечами, приподнятым подбородком.
- Развивать подвижность и выносливость плечевых суставов и мышц рук.
- Развивать пластичность голеностопного сустава (вытягивать стопу).
- Развивать прыжковые навыки: умение прыгать на двух ногах, силой выталкивать тело вверх, используя только мышцы ног.
- Познакомить с понятиями «ритм», «темп», «характер» музыки, «начало-окончание музыкальной фразы».
- Развивать умение точно повторять движения за педагогом.
- Формировать навыки перестроений в круг, колонну.
- Познакомить с элементами программных танцев, небольшой танцевальной композицией.
- Формировать умение оценивать продукт труда – свой и других воспитанников.

Задачи второго года обучения по Программе:

- Развивать умение координировать движения правой и левой сторон тела.
- Продолжать формировать осанку.
- Продолжать развивать подвижность и выносливость плечевых суставов и мышц рук.
- Развивать пластичность голеностопного сустава: познакомить с первой позицией стоп, учить двигаться в выворотной позиции.
- Продолжать развивать прыжковые навыки: умение высоко выталкивать тело, на двух и одной ноге.
- Формировать умение выделять ритм, определять темп, характер музыки.
- Развивать умение выполнять движения самостоятельно, без показа педагогом.

- Познакомить с элементами программных танцев, большой танцевальной композицией.
- Продолжать формировать сознательность, дисциплинированность, умение оценивать результаты.

Содержание программы

Учебно-тематический план. Первый год обучения.
Старшая группа (5-6 лет)

Раздел программы, кол-во часов	Тема	Кол-во часов	
		Теория	Практика
1. Развитие данных. ***16 часов***	1.1.Техника безопасности.	1	-
	1.2. Партерная гимнастика.	1	5
	1.3.Ритмические упражнения.	-	4
	1.4. Музыкальные игры.	1	4
2. Элементы эстрадного танца. ***20 часов***	2.1.Особенности детского эстрадного танца.	2	-
	2.2.Разучивание движений.	-	10
	2.3.Постановочная деятельность.	-	8
3. Элементы народно-сценического танца. ***20 Часов***	3.1. Особенности русского народного танца.	2	-
	3.2. Пляска. Разучивание движений.	-	10
	3.3.Постановочная деятельность.	-	8
Итого часов		**7**	**49**

Содержание учебно-тематического плана
Первый год обучения
Старшая группа (5-6 лет)

1. **Развитие данных.**

1.1. Техника безопасности

Теория: 1 час.

Беседа о правилах дисциплины и безопасного поведения в зале.

1.2. Партерная гимнастика.

Теория: 1 час

Беседа о строении тела.

Практика: 5 часов.

Упражнения в игровой форме на полу для развития осанки, эластичности связок, выворотности ног, общей физической выносливости, координации тела, вестибулярного аппарата.

1.3. Ритмические упражнения

Практика: 4 часа

Упражнения со стихотворным и музыкальным сопровождением, небольшие образные танцы для формирования чувства ритма, умения начинать движение с началом музыки, заканчивать – с окончанием, точно повторять за педагогом (действие с показа).

1.4. Музыкальные игры.

Теория: 1 час

Беседа о планировке зала: стены – прямое направление, углы – диагональ.

Практика: 4 часа

Игры с музыкальным сопровождением, связанные с перемещением по залу, для развития умения двигаться, соблюдая дистанцию, перестраиваться в круг, колонны.

2.Элементы эстрадного танца (20 часов)

2.1 Особенности детского эстрадного танца.

Теория: 2 часа

Беседа о различных жанрах танцевального искусства. Разбор видео примеров. Работа с музыкой в ритме марша.

2.1.Разучивание движений.

2.2.*Практика*: 10 часов.

Разучивание движений для танца «Поросятки».

2.3.Постановочная деятельность.

Практика: 8 часов.

Разучивание танцевальной композиции «Поросятки».

3. Элементы народно-сценического танца (20 часов).

3.1.Особенности народно-сценического танца

Теория: 2 часа.

Знакомство с русским народным танцем, его особенностями. Работа с музыкой, видео примерами.

3.2. Пляска. Разучивание движений

Практика: 10 часов.

Движения: «ковырялочка», «приставные шаги», бег «захлест», вращение «калачик» и др.

3.3. Постановочная деятельность

Практика: 8 часов

Разучивание композиции «Перепляс».

Планируемые результаты освоения программы первого года обучения

По окончании первого года обучения по Программе воспитанники осваивают программное содержание:

- знают и соблюдают правила безопасности и дисциплины на занятии;
- осваивают расположение правой и левой сторон тела; умеют удерживать равновесие на одной ноге;
- умеют удерживать ровную осанку, руки;
- знают о пластических возможностях голеностопных суставов, умеют вытягивать стопу;
- умеют высоко подпрыгивать на двух ногах, удерживая их вместе;
- знают о характеристиках музыки, умеют выделять ритм марша, начинать движение вместе с началом музыкальной фразы;
- умеют перестраиваться в круг, колонну;
- знают и умеют исполнять программные движения и композиции с показом педагога;
- способны точно оценить правильность выполнения движений.

Учебно-тематический план
Второй год обучения
Подготовительная группа (6-7 лет)

Раздел программы, кол-во часов	Тема	Кол-во часов	
		Теория	Практика
1.Развитие данных. ***16 часов***	1.1.Техника безопасности.	1	-
	1.2. Партерная гимнастика.	1	5
	1.3. Ритмические упражнения.	-	4
	1.4. Музыкальные игры.	-	5
2.Элементы современного танца. ***20 часов***	2.1.Особенности современного танца. Хип-хоп направление.	1	-
	2.2.Разучивание движений.	-	10
	2.3.Постановочная деятельность.	-	9
3.Элементы бального танца. ***20 часов***	3.4.Особенности бального танца (вальс).	1	-
	3.5.Вальс. Разучивание движений.	-	10
	3.6.Постановочная деятельность.	-	9
Итого часов		**4**	**52**

Содержание учебно-тематического плана
Второй год обучения
Подготовительная группа (6-7 лет)

1. **Развитие данных.**

1.1. Техника безопасности

Теория: 1 час.

Беседа о правилах дисциплины и безопасного поведения в зале.

1.2. Партерная гимнастика.

Теория: 1 час.

Беседа о строении тела, об особенностях, дефектах, способах их устранения.

Практика: 5 часов.

Упражнения на полу для развития осанки, эластичности связок, выворотности ног, общей физической выносливости, координации тела, вестибулярного аппарата.

1.3. Ритмические упражнения

Практика: 4 часа

Образные танцы для формирования чувства ритма, умения начинать движение с началом музыки, заканчивать – с окончанием, умения самостоятельно исполнять движения.

1.4. Музыкальные игры.

Практика: 5 часов.

Простые игры с музыкальным сопровождением, связанные с перемещением по залу, для развития умения выполнять перестроение «прочес».

2. **Элементы эстрадного танца (20 часов)**

2.1. Особенности современного танца.

Теория: 1 час

Знакомство с танцевальным направлением «Хип хоп», его особенностями. Работа с музыкой, видео примерами.

2.2. Разучивание движений

Практика: 10 часов

Движения: приставные шаги, прыжки, движения рук в стиле Хип Хоп.

2.3. Постановочная деятельность.

Практика: 9 часов.

Разучивание композиции.

3. Элементы бального танца (20 часов).

3.1. Особенности народно-сценического танца

Теория: 1 час.

Знакомство с бальным танцем, его особенностями. Работа с музыкой, видео примерами.

3.2. Пляска. Разучивание движений

Практика: 10 часов.

Движения: «маятник», «маленький квадрат», «большой квадрат».

3.3. Постановочная деятельность

Практика: 9 часов

Разучивание композиции «Вальс цветов».

Планируемые результаты освоения Программы

По окончании обучения по Программе воспитанники осваивают программное содержание:

- знают и соблюдают правила безопасности и дисциплины на занятии;
- умеют координировать движения правой и левой сторон тела;
- овладевают навыками перестроений в зале;
- умеют двигаться в выворотном положении ног, с правильной осанкой;
- различают первую и шестую позиции стоп, умеют двигаться в выворотной позиции;
- умеют высоко выталкивать тело, на одной ноге, используя только мышцы ног;
- умеют точно реагировать на изменения темпа музыки, вовремя начинать и заканчивать движения в соответствие с музыкой;
- понимают и умеют показать различие между жанрами танцевального искусства;
- умеют выполнять движения самостоятельно, без показа педагогом;
- знают программные танцы, танцевальную композицию;
- на занятиях активны, внимательны, сознательны, легко и свободно взаимодействуют с участниками коллектива и взрослыми, умеют оценить качество своего и чужого исполнения; активно участвуют в учебной и концертной деятельности.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Работа проводится с октября по апрель включительно.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1.	1	56	28	56	Пн, Ср.
2.	2	56	28	56	Вт., Чт.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Оснащение зала:

- ✓ Ковровое покрытие;
- ✓ Зеркала;
- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ Компакт-диски и флеш-накопители с аудио и видеозаписями;
- ✓ Элементы костюмов.
- ✓ Реквизит к танцам.

При подготовке и проведении занятий широко используются средства ИКТ:

- знакомство детей с танцами народов мира;
- просмотр в записи выполненных упражнений и анализ собственных ошибок;
- просмотр новых упражнений и техники их выполнения.

Кадровое обеспечение программы.

Медицинское сопровождение:

- Анализ медицинских карт для выявления хронических заболеваний у детей.
- Решение вопроса о допуске детей к занятиям с учетом состояния здоровья и индивидуальных особенностей.
- В соответствии с заключением врача, освобождение детей от занятий после перенесенных заболеваний.
- Медсестра контролирует надлежащее санитарное состояние зала, оборудования для занятий, следит за температурным режимом.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек:

- Гимнастический купальник (белый). Юбочка шифоновая (в тон цвету купальника). Балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны.

Для мальчиков:

- Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

Формы аттестации

Диагностика качества усвоения воспитанников программного содержания включает ***начальную, промежуточную и итоговую аттестацию.***

Данная система контроля направлена на выявление объектов коррекции и педагогическое подкрепление достижений воспитанников.

Основным методом диагностики является **наблюдение.**

Начальная аттестация осуществляется на первых занятиях, проходит в форме наблюдения за воспитанниками в ходе выполнения игровых заданий.

Промежуточная аттестация является неформальной и проводится в течение всего учебного года на занятиях в форме **игры «Я-педагог»,** в ходе которой воспитанникам предлагается выступить в роли педагога и оценить качество исполнения движений. Педагог дает свою оценку и рекомендации.

Кроме того, в ноябре проводится **открытое занятие для родителей**. Данное занятие проходит в форме совместного, то есть родители являются активными участниками образовательного процесса, в ходе которого у воспитанников появляется возможность научить родителей тому, что уже умеют сами.

Цель открытого занятия – демонстрировать родителям начальный уровень компетенций воспитанников, повышать интерес и мотивацию детей к занятиям.

В качестве ***Итоговой аттестации*** выступает **отчетный концерт** для родителей, в ходе которого воспитанники представляют свои способности в исполнении танцевальных композиций.

Результаты мониторинга заносятся в **Диагностическую карту** (Приложение 1).

Диагностическая карта составлена на основе классификации В.С.Кукушина для форм контроля, применяемого в общем образовании:

По типу взаимодействия объектов и субъектов:

- педагог коллектива – детский коллектив;
- педагог коллектива – отдельный воспитанник;
- группа воспитанников – продукт труда;
- самооценка.

Кроме того, во время участия коллектива воспитанников в фестивалях и конкурсах различного уровня, присутствует оценка продукта труда независимыми внешними субъектами (членами жюри).

По способу организации: смотр, концерт.

По уровню контроля: на уровне коллектива и личностном уровне.

По типу измерений: интегрированный (качественный и количественный)

Методические материалы

Для эффективной реализации Программы в работе используются следующие методические материалы:

- ✓ Сборник «Нескучные занятия» (Приложение 2)
- ✓ Диски с видео материалами для демонстрации детям в процессе знакомства с новым танцевальным жанром.

Программа предусматривает *групповую форму* образовательной работы.

В образовательном процессе используются такие ***формы проведения занятий,*** *как репетиция, открытое занятие, концерт.*

Образовательная деятельность делится на несколько видов в зависимости от методов решения поставленных задач.

1. *Обучающие занятия* - детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.
2. *Закрепляющие занятия* - многократный повтор движений или комбинаций вместе с педагогом, а затем самостоятельно.

3. *Итоговые занятия* - дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.

4. *Постановочные занятия* - разучивание более сложных тематических композиций. Отработка умения эмоционально передавать характер танца.

В работе используются следующие **методы**:

Организация занятий:

- Словесные - устное изложение, беседа, анализ музыкального произведения;
- Наглядные - показ, исполнение педагогом, показ видеоматериалов;
- Практические - тренировочные упражнения.

По виду деятельности детей:

- Объяснительно-иллюстративные - усвоение детьми образца;
- Репродуктивные - воспроизведение движений детьми;
- Частично-поисковые - самостоятельное создание образов, импровизация.

Концертная деятельность:

- выступления на праздниках;
- участие в фестивалях и конкурсах.

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

	1-й год обучения	**2-й год обучения**
Октябрь	Начальная аттестация Организационное собрание для родителей	
Ноябрь	Открытое занятие для родителей	
Февраль		Участие в конкурсе
Апрель		Районный фестиваль «Весенняя капель»
	Итоговая аттестация Отчетный концерт	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». -М.: Айрис Пресс, 1999. -272 с.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». -М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
3. Боромыкова О.С. коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением. -С-Пб.: Детство-пресс, 1999. – 64 с.
4. Воронина И. «Историко-бытовой танец». -М.: Искусство, 1980. – 128 с.
5. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. -Волгоград: Учитель, 2008. – 111 с.
6. Климов А. «Основы русского народного танца». -М.: Искусство, 1981.- 270 с.
7. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание». -М.: Просвещение, 1989. – 175 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Диагностическая карта качества усвоения воспитанниками программного содержания

Первый год обучения

№ п/п	ФИ воспитанника	Критерии оценки											Итого баллов
		На занятии внимателен, слушает педагога, выполняет задания	Различает правую и левую стороны тела	Удерживает равновесие на одной ноге	На занятии следит за осанкой	Умеет вытягивать стопу	Выполняет высокие прыжки, удерживая ноги вместе	Выделяет в музыке ритм марша	Координирует движения с ритмом музыки	Владеет навыком перестроения в круг, колонну	Способен выполнять движения вместе с педагогом	Способен правильно оценить качество выполняемых движений	
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
Общая сумма по критериям													

1 балл – низкий уровень. **2 балла –** средний уровень. **3 балла –** высокий уровень.

Приложение 1

Диагностическая карта качества усвоения воспитанниками программного содержания

Второй год обучения

№ п/п	ФИ воспитанника	Критерии оценки											Итого баллов
		На занятии внимателен, слушает педагога, выполняет задания	В танце ориентируется в расположении сторон тела	умеет двигаться в выворотном положении ног	На занятии следит за осанкой	Умеет двигаться в выворотной позиции ног	Выполняет высокие прыжки на одной ноге поочередно	Выделяет в музыке ритм вальса	Координирует движения с ритмом музыки	Владеет навыком перестроения «прочее»	Способен выполнять движения самостоятельно	Способен правильно оценить качество выполняемых движений	
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
Общая сумма по критериям													

1 балл – низкий уровень. **2 балла –** средний уровень. **3 балла –** высокий уровень.

Приложение 2

СБОРНИК УПРАЖНЕНИЙ, МУЗЫКАЛЬНЫХ ИГР И ТАНЦЕВ С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛОГОРИТМИКИ

«Нескучные занятия». Сборник физических и танцевальных упражнений с элементами логоритмики. Пособие для музыкальных руководителей, хореографов, инструкторов по физическому воспитанию и воспитателей коррекционных дошкольных учреждений.

Составитель: музыкальный руководитель высшей квалификационной категории МБДОУ «Детский сад №257» Новоильинского района Ефименко Т.В. - Новокузнецк, 2017. – 34 с.

В данный сборник включены авторские упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики детей параллельно с развитием речи. Материал успешно используется автором в работе с детьми, имеющими нарушения речи.

Введение

«Где для детей польза,
там же для них должно быть и удовольствие»
Мишель Монтень (философ, гуманист)

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию пособие, которое может стать полезным музыкальным руководителям, хореографам, инструкторам по физическому воспитанию, воспитателям, а также родителям, которые желают сделать досуг своих детей полезным и интересным.

На протяжении нескольких лет автор ведет занятия по хореографии с дошкольниками. Всем деткам нравится двигаться под музыку. В танце развивается их фантазия, творческие способности: дети учатся сами создавать пластические образы.

В последние годы растет число детей с нарушениями речевого развития: дети поздно начинают говорить, их речь бедна и примитивна. Специальная логопедическая помощь нужна практически каждой группе детского сада. Такая картина наблюдается не только в нашей стране, но и во всем мире. Исходя из этого, возник вопрос: могут ли занятия танцем в детском саду помочь логопедам и воспитателям в их работе по развитию речи у детей.

Речь – такой вид деятельности, для которого необходима сформированность слуховых и зрительных функций, а также двигательных навыков.

Развитие двигательного аппарата является фактором, стимулирующим развитие речи, и ему принадлежит ведущая роль в формировании нервно-психических процессов у детей.

Одной из важнейших характеристик речи является ее темп и ритм. Послоговой речевой ритм является равномерно повторяющимся. По своим механизмам он является родственным ходьбе, дыханию, сердцебиению.

Сборник состоит из трех частей.

Материал первой части представлен тремя разделами. Здесь собраны упражнения и танцы в стихах. *Их суть – ритмичное проговаривание стихотворного текста с одновременным выполнением действий.* Стихотворный текст в этих упражнениях является ритмической основой для выполнения движений. Это позволяет совершенствовать общую и мелкую моторику, развивать координацию действий.

Первый раздел ***«Веселый ритм»*** может стать полезным *воспитателям.* Это хорошее дополнение к тем логоритмическим упражнениям, которые уже используются ими в работе.

Раздел ***«Нескучная разминка»*** поможет *инструкторам по физическому воспитанию* сделать привычные физические упражнения не только более увлекательными, но и полезными с точки зрения развития речи воспитанников.

Благодаря ***«Танцам в стихах»***, в процессе выполнения упражнений дети легко в игровой форме осваивают и закрепляют движения и элементы танцев, которые в дальнейшем могут быть использованы в танцевальных постановках. Таким образом, применение данного материала поможет разнообразить *музыкальные занятия*.

Во второй части сборника вы найдете игры на развитие актерских качеств и коммуникации.

Третья часть представлена сюжетно-образными танцами. Здесь детям предлагается освоить более сложные танцевальные композиции.

Упражнения, представленные в сборнике, разработаны и используются автором в работе с воспитанниками коррекционного дошкольного учреждения. Детям нравятся задания, занятия проходят на высоком эмоциональном уровне.

РАЗДЕЛ I. ВЕСЕЛЫЙ РИТМ.

«Имена»

Дети сидят в кругу. Ноги сложены «по-турецки», ладони на коленях. Дети по очереди называют свое имя и хлопают ладонью по колену. После успешного освоения данного упражнения, его можно усложнить. Теперь руки кладутся на колени соседу справа и слева. При назывании имени хлопаем правой рукой по колену соседа справа. Нужно следить за правильностью осанки. Постепенно ускоряем темп упражнения.

«Свинки»

(стих. К. Чуковского)

Исходное положение: сидя на полу, ноги вытянуты в стороны, как можно шире. Вместе с проговариванием отстукиваем ритм ладонями перед собой.

- Как на пишущей машинке
- Две хорошенькие свинки:
- Туки-туки-туки-тук!
- Туки-туки-туки-тук!
- И постукивают,
- И похрюкивают:
- "Хрюки-хрюки-хрюки-хрюк!
- "Хрюки-хрюки-хрюки-хрюк!"

«Ножки»

Дети двигаются по кругу.

- Идут по дороге большие ноги. Топ-топ-топ…. (выполняем большие сильные шаги с ударами полной стопы в пол на каждое слово)

- Бегут по дорожке маленькие ножки (быстрая речь и быстрые мелкие шаги с носка, почти бег)

Чередуем эти два упражнения, чтобы дети поняли разницу в темпе и ритме и научились координировать свои шаги с речью.

- По-го-ря-чим-у-голь-кам (перескок с ноги на ногу с захлестом голени на каждый слог)

- И-по-коч-кам, -по-кам-ням (перескок с ноги на ногу на носочках с подъемом колена на каждый слог).

«Хлоп-топ»

Дети стоят в кругу лицом в центр. Произносятся слова и выполняются действия. Ритмический рисунок можно менять. Темп ускорять.

- Хлоп-хлоп, топ-топ - 2 раза
- хлоп-топ, хлоп-топ - 2 раза
- Хлоп- топ, хлоп-топ - 2 раза
- хлоп-хлоп-хлоп, топ-топ-топ -2 раза
- Прыг-скок, хлоп - 2 раза

«Вышли мыши»

Исходное положение – стоя, ноги вместе.

- Вышли мыши как-то раз (марш, руки на поясе)
- Посмотреть, который час (ноги вместе, правой рукой указываем «на часы»)
- Раз, два, три, четыре (пружиня в коленях, машем согнутой рукой перед собой)
- Мыши дернули (хлопок прямыми руками над головой) за гири (сесть на корточки, руки на пол).
- Тут раздался страшный звон (руки к ушам, качаем головой).
- Разбежались мыши вон! (встали и разбежались по залу).

РАЗДЕЛ II. РАЗМИНАЕМСЯ, ИГРАЯ.

«Карандаши»

Правильная осанка; вытягивание ног, удержание их в напряжении; тренировка произношения звука «ш».

Исходное положение: сидя на полу, ноги выпрямлены (следим, чтобы ноги были прижаты к полу, а стопа максимально вытянута), руки на поясе тили опираются о пол, но плечи не уходят вверх.

- Беру я в руку каранда**ш** (поочередное приподнимание выпрямленных ног)
- Рисую **ш**арик и **ш**ала**ш** (поочередно сгибая колени, ведем ногу большим пальцем по полу к бедру и обратно)
- Рисую маленьких мы**ш**ат (то же)
- Они за **ш**и**ш**ками спе**ш**ат (так же сгибая колени, имитируем бег на пальцах)
- Довольны все каранда**ш**и (поочередное приподнимание выпрямленных ног)
- У-Са-ши-ши-шки-хо-ро-ши! (хлопки на каждый слог).

«Звуки»

Положение «упор- сидя», руки на полу рядом с ногами. Прыжком уводим ноги назад в положение «упор- лежа», произносим звук «А!» Возвращаемся в исходное положение, произносим звук «У!»

«Рябина»

Сидя на полу. Ноги согнуты, пальцы касаются пола. Развиваем умение вытягивать и удерживать в напряжении стопу.

- Я сидела на рябине (поочередно ноги отводим в сторону, ставим их на пальцы, на каждое слово)
- Ме-ня кош-ки те-ре-би-ли (машем согнутыми ногами в воздухе на каждый слог)
- Ма-лы-е ко-тя-то-чки (щиплем руками от бедра до пяток, на каждый слог)
- Царапали за пяточки (держимся за пятки и разводим их, не разводя мысков, на каждый слог).

«Про маму»

Развиваем осанку, умение переступать на полупальцах и на пятках.

-Маме надо отдыхать (ноги вместе, подъем и опускание на стопе на каждое слово)
- Маме хочется поспать (продолжаем предыдущее движение)
- Я на цы-по-чках хо-жу (ходьба на цыпочках в центр круга на каждый слог)
- Ма-му я не раз-бу-жу (возвращаемся обратно)

- Тук-тук, тук-тук-тук (поочередно отстукиваем стопами на месте)
- Раз-да-ет-ся пя-ток стук (маршируем на пятках на месте)
- Мо-и пя-то-чки и-дут (шаги на пятках в круг)
- Пря-мо к ма-мо-чке ве-дут (возвращаемся на места)

«Лунатики»

Упражнение на «растяжку». Кроме того, можно закрепить знание чисел в пределах 10. Сидя на полу, прямые ноги врозь, стопы вытянуты. Следим за осанкой.

- Два лунатика жили на луне (работаем стопами и головой в стороны, на каждое слово)
- Два лунатика свалились во сне (то же)
- Как?! (разводим руки, удивленно)
- Вот так! Вот так! Вот так! (наклоны корпуса вперед вниз,
стараясь грудью тянуться к полу).

«Пальчики»

Сидя на полу, ноги и стопы выпрямлены и напряжены. Руки на поясе. Объясняем детям, что двигаться должны только пальцы. Следим за осанкой. Выделяем слоги. Развиваем гибкость голеностопа.

- На-ши паль-чи-ки ша-га-ют
- И ми-зи-нец, и боль-шой,
- У-каза-тель-ный и сред-ний,
- Бе-зы-мян-ный, вот та-кой.

«С Добрым утром!»

Данное упражнение можно выполнять как стоя, так и сидя, выпрямив впереди ноги. Следим за правильной осанкой.

- У ме-ня есть ча-си-ки (повороты головы вправо-влево на каждый слог)
- Вот та-ки-е ча-си-ки (наклоны головы вперед-назад на каждый слог)
- Тик-так го-во-рят (наклоны головы вправо-влево на каждый слог)
- Раз-бу-ди-ли всех ре-бят (выдвигаем и втягиваем голову вперед-назад на каждый слог)
- Вот мы просыпаемся (медленно руки вверх, выпрямить спину)
- К солнышку мы тянемся (медленно тянуться вверх)
- Открываем мы окно (медленно разводим прямые руки в стороны)
- За о-кном у-же све-тло (наклоны корпуса вперед с ровной спиной на каждый слог)
- Правое окошко (медленный поворот корпуса вправо, руки в стороны)
- С Добрым утром, Тошка! (в том же положении, вытянуть руки перед собой и помохать кистями рук)
- Левое окошко (поворот корпуса влево, руки в стороны)
- С Добрым утром, Гошка! ((в том же положении, вытянуть руки перед собой и помохать кистями рук)
- Мы пошли с тобой гулять (ноги полусогнутые стоят на носках, поочередно поднимаем и опускаем голени, не отрывая колени, на каждое слово)
- И грибочки собирать (то же движение)
- Вдруг мы волка увидали (ускоряем темп, на каждый слог)
- Быстро-быстро побежали (то же на каждый слог)

«Мельница»

Развитие плечевого пояса.

- Мельница, мельница мелет зерно (круговые движения прямыми руками, медленно)
- Ветер дует посильней (махи руками впереди со звуком «сссс…»)
- Мелет мельница быстрей (круговые движения прямыми руками быстрее)
- Из муки, из муки замесили тесто мы (руки поочередно вниз –вверх впереди)
- Тесто мнем, мнем, мнем (разжимаем и сжимаем ладони)
- Пироги испечем (лепим пироги).

«Сундучок»

Исходное положение – сидя на полу, ноги вытянуты и напряжены, стопы вытянуты. Спина прямая, руки выпрямлены над головой. В этом упражнении очень важно следить за осанкой, а также, чтобы колени не сгибались.

-Сундучок-сундучок (делаем «складочку» - наклон корпуса, грудной клеткой тянемся к коленям)
- Охраняет паучок (поднимаем корпус, руки над головой, шевелим пальцами рук)
- В складочку ложимся (вниз)
- Сундучок открылся (вверх). Ускоряем темп.

«Лошадки»

Закрепляем умение маршировать, высоко поднимая колени и вытягивая стопу, а также учим силе и четкости наступания.

Стоя, ноги вместе. Руки согнуты и находятся на уровне талии («держим поводья»). Марш, поднимая колено, касаясь им рук. Стопы вытянуты. Выделяем слоги.

- Я люблю свою лошадку,
- Приче-шу ей-шерстку гладко,
- Гребе-шком при-глажу хвостик
- И вер-хом по-еду в гости.

«Снежный ком»

Упражнение направлено на развитие плечевого пояса, а также на закрепление понятий «марш» и «бег на месте».

- Покатился снежный ком (4 круговых движ. руками перед грудью)
- Я иду за ним шажком (марш, медленно)
- Он быстрее (круговые движ. руками перед грудью)
- Я – бегом (бег на месте)
- И (руки вытягиваем вперед) в калитку (руки открываем широко в стороны) – Бом! (резкий наклон корпуса вперед с вытянутыми в стороны руками).

«Робот»

Учим детей держать тело в напряжении, а также выполнять изолированные движения, то есть движения отдельными частями тела при полной неподвижности других. После этого можно выполнить упражнение «Шалтай-Болтай» или другое на расслабление.
Исх. положение: ноги вместе, руки выпрямлены и опущены вниз. Следить за тем, чтобы тело было напряжено. Выделяем каждое слово.
- Ходит робот по дороге (ноги напряжены, перенос веса с ноги на ногу, не сгибая в коленях)
- У него не гнутся ноги (то же)
- Может он махать руками (махи перед собой прямыми руками)
- Может он моргать глазами (энергичные моргания глазами)
- Может головой кивать (наклоны головы вперед-назад)
- Раз, два, три, четыре, пять (повороты головы).

«Шалтай-Болтай»

Данное упражнение учит детей расслаблять руки, отключая их от работы плеч. Свободные повороты туловища с расслабленными руками. Выделяем сильный слог.
- Шал**тай**-бол**тай** си**дел** на сте**не**
- Шал**тай**-бол**тай** сва**лил**ся во **сне**.

«Скрюченные ножки»

(отрывок из стих. К. Чуковского)

Развиваем выворотность ног.
Во время прговаривания стихотворения идем по кругу или на месте. При этом руки на поясе, а ноги согнуты, колени развернуты наружу, шаги с носка.

- Жил на свете человек,
- Скрюченные ножки,
- И гулял он целый век
- По скрюченной дорожке.

«В детском саду»

Отрабатываем умение маршировать. Следим за четкостью наступания.
Дети шагают на месте или по кругу, скандируя текст стихотворения.
-Любят дети детский сад,
-Там игрушки ждут ребят,
-Ждет Валюшку верблюжонок,
-Катю ждет большой слоненок,
-Маша с мишкою играет,
-Петя Маше помогает,
-Нянчит Олечка мартышку,
-Ну а Ася смотрит в книжку.
-Детям весело в саду!
-С ними я туда пойду.

«Колосок»

Правильная осанка, вытягивание корпуса, растяжка, умение группироваться.
Исходное положение: сидя на полу.
- В поле зернышко сидит (сидя на полу, сгруппировавшись)
- Словно дремлет, словно спит.
- Его солнце пригревает (руки – в стороны, пальцы раскрыть)

- Теплый дождик поливает (сгруппироваться)
- Из зерна в короткий срок появляется росток (снова сгруппироваться, обхватив руками колени; перекаты назад-вперед)
- К солнцу тянется росток (выпрямляем ноги и стопы, руки вверх, тянем спину)
- На верхушке колосок (в том же положении двигаем кистями рук)
- Колосок качается (в том же положении небольшие наклоны)
- Солнцу улыбается (через верх разводим прямые руки в стороны, вытягивая корпус).

«Зебра»

Упражнение на развитие координации движений.
Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе.
- А у Зебры есть полоски
- Есть полосочки везде (правой рукой проводим поперек тела воображаемые полоски, начиная от линии плеч, до голени, на каждое слово; принимаем исходное положение)
- А у зебры есть полоски
- Есть полосочки везде (повторяем)
-На лбу (касаемся рукой лба), ушах (уши),
- На шее (касаемся ладонями плеч), на локтях (поочередно касаемся локтей)
- Есть на носах (нос), на животах (живот), коленях (касаемся коленей) и носках (достаем руками до пальцев ног).
Данное упражнение можно выполнять под мелодию «Зебра», Е. Железнова.

«Лучшие качели»

Координация движений, умение переключаться от расслабленных движений к напряженным.
- Лучшие качели (пружинка, руки свободно качаются)
- Гибкие лианы (то же движение)
- Это с колыбели (ноги врозь, полуприсед и встать, руки вправо-влево)
- Знают обезьяны (наклоны вправо и влево, руки в стороны, предплечья вверх, ладони вперед)
- Кто на них качается (повороты туловища, руки свободно вниз)
- Да-да-да! (три наклона головой вперед)
- Тот не огорчается (пружинка,
поочередные взмахи руками вперед-назад)
- Никогда! (повороты головы в стороны).

«Тише, мыши!»»

Исходное положение: сидя на полу, спина прямая, ноги вытянуты вперед, руки на поясе.
Учим вытягивать и напрягать ноги.
- Тише, мыши (указательный палец правой руки к губам, наклон корпуса вперед, вернуться в исходное положение), кот на крыше (левая рука)
- А котята (правая рука вытягивается вверх, возвращается обратно) еще выше (левая рука то же)
- Кот- по-шел-за-мо-ло-ком (сгибая колени, переступания на пальцах ног, постепенно приближая стопы к тазу)
- А котята (сгруппироваться, обхватив ноги руками, перекат назад, вернуться) кувырком (повторить).
- Кот-при-шел-без-м-ло-ка (переступания на пальцах, вытягивая ноги в исходное положение)
- А котята ха-ха-ха (хлопки руками).

«Небылица»

(по фрагментам стихотворения К. Чуковского "Тараканище")

Развитие мышц брюшного пресса.
Исходное положение: сидя на полу.
- Ехали медведи ("велосипед" на каждый слог)

- На велосипеде (то же)
- А за ними кот ("велосипед" в обратную сторону)
- Задом наперед (то же)
- А за ним комарики (сгруппировавшись, перекат назад и обратно)
- На воздушном шарике (повторить)
- А за ними раки на хромой собаке (руки на поясе, ноги согнуты в коленях, упор на пальцы ног; поочередно поднимаем голень и ставим ноги на пальцы).

РАЗДЕЛ III. ТАНЦЫ В СТИХАХ.

«Незнайка»

(стихи Прокофьев М., Естифеев В.)

Исходное положение – ноги вместе, руки согнуты в локтях.
- Шел Незнайка по дорожке (марш на месте, руки работают как при ходьбе, на каждое слово)
- Наступил на хвостик кошке (продолжаем марш)
- Отда-вил (топнуть правой ногой, а затем наступить на нее) - той кошке ножки (то же с левой ноги).
- И схватил козу за рожки (ноги выполняют те же движения, а руками по два хлопка на каждую ногу)
- А –по-том- он- за –трам-ва-ем (бег на месте на носочках, высоко поднимая колени, на каждый слог)
- У-му-дрил-ся- по-бе-жать (продолжаем бег)
- И свалился прямо в яму (падаем на пол в свободной позе)

И остался там лежать (лежим на полу).

«Снежинки»

Исходное положение: ноги вместе, руки опущены вниз. Движения рук должны выполняться плавно.
- Мы снежинки, мы пушинки (взмахи руками через стороны вверх, приподнимаясь на полупальцы)
- Покружиться мы не прочь (взмах руками и оставить наверху в третьей позиции, приподняться на полупальцы и покружиться вправо, опустить руки)
- Мы снежинки-балеринки (шаг вправо, руки открыть в стороны, правую ногу приставить к левой и присесть в поклон; то же с левой ноги).
- Мы танцуем день и ночь (повороты корпуса вправо-влево, руки в стороны, двигаются вместе с корпусом).

«Акула Каракула»

(на стихи К. Чуковского)

- Вон акула Каракула (ноги вместе, наклон корпуса вперед, руками обхватить голову и выполнять наклоны головы)
- Распахнула злую пасть (выпрямлаем корпус, руки от головы через верх разводим в стороны)
- Вы к акуле Каракуле не хотите ли попасть (хлопки вытянутыми руками над головой)
- Прямо в па-асть? (снова разводим руки в стороны)
- Нам акула Каракула (руки на пояс, выполняем марш на месте)
- Ни-по-чем, ни-по-чем (повороты головы на каждый слог)
- Мы акулу Каракулу (марш)
- Кир-пи-чом, кир-пи-чом (стучим кулачком о кулачок)
-Мы акулу Каракулу (марш)
- Ку-ла-ком, ку-ла-ком (руки согнуть в локтях, сжать кулаки, поднять их над головой и поочередно выпрямлять и сгибать)

- Мы акулу Каракулу (марш)
- Каб-лу-ком, каб-лу-ком (поочередно топаем ногами).

«Матрешки»

Исходное положение: ноги вместе, руки перед грудью согнутые в локтях, правый локоть стоит на левой кисти, указательный палец касается правой щеки.
-Пода-рили (присесть, затем вернуться в исходное положение, выставив вперед правую пятку), Ма-ше (присесть, затем вернуться в исходное положение, выставив вперед левую пятку)
- Матрешку – нету кра-ше! (повторить первые два движения)
- Вся такая ладная: (покачать туловищем в стороны)
- Яркая, нарядная! (полуприседание с поворотом вправо-влево).

«Первый снег» (стихи И. Мельничук)

Исходное положение: ноги вместе, руки опущены вниз. Движения рук должны выполняться плавно.
- На деревья (правая рука проходит через низ и левую сторону и поднимается вверх и вправо), на аллеи (то же левой рукой)
- Снег летит, муки белее (выполняя круговые движения кистями, постепенно опускаем руки вниз, опускаемся вниз, сгибая колени)
- Легки-легкий (поднимаемся в коленях, правая рука совершает движение через сторону вверх, как взмах крыла, и возвращается обратно, снова присаживаемся; взглядом и движением головы сопровождаем действие руки), чистый-чистый (то же левой рукой).
- Мягкий, хрупкий и пушистый (поднимаемся на прямые ноги, руки открываем в стороны, а затем вверх, но совершаем это не сразу, тремя импульсами).
- Снег в руке сжимаем («лепим снежок»)
- И снежки кидаем (имитация броска: присесть, правую руку прижать к груди и выпрямить вперед, вытягивая кисть; затем левой рукой).

«Веселые льдинки»

Исходное положение: ноги вместе, руки опущены вниз. Движения рук должны выполняться плавно.
- Под самым карнизом (правую руку ладонью ведем сначала к левому плечу, затем вправо и вверх, оставляем там)
- Под самым оконцем (то же с левой рукой)
- Забралось в сосульки (поднимаемся на полупальцы и поднимаем руки вверх в третью позицию)
- Весеннее солнце (разводим руки в стороны во вторую позицию, опускаемся в стопе).
- Сверкая, бегут по сосулькам слезинки (работая кистями рук, постепенно опускаем руки вниз)
- И тают сосульки (быстро вытягиваемся вверх, подняв руки в третью позицию, затем постепенно расслабляем корпус, начиная с кистей).

«Весна»

Исходное положение: ноги вместе, руки согнуты в локтях, разведены в стороны, кисти подняты выше локтей.
- Кап, да кап (работа кистями вниз-вверх) и не до сна (руки через верх разводим в стороны и ставим на пояс)
- Постучалась к нам весна (правую руку поднимаем на прежнее место и «стучим» кулачком, затем левой рукой)

- _За-зве-нел-ру-чей- и-гри-во (на полусогнутых ногах на каждый слог делаем четыре мелких шага вперед, руки постепенно поднимаем вперед вверх, вытягиваемся; затем так же возвращаемся назад)
- Солнце светит! (вытягиваемся вверх, руки поднимаем вверх и немного разводим)
- Что за диво! (в прежней позиции поворот корпуса вправо и влево)
- Хватит нам (два притопа правой ногой, руки на поясе, голова наклонена направо) уже скучать (то же левой ногой, голова влево)
- Уж весну пора встречать! (подняться на полупальцы и выполнить вращение вправо, четко отстукивая ритм подушечками пальцев ног).

«Муха-Цокотуха» (на стихи К. Чуковского)

- Муха, Муха- Цокотуха, (стоя на месте; руки внизу; изображая крылышки, машем руками)
- Позолоченное брюхо! (поочередно проводим руками по животу)
- Муха по полю пошла (машем "крылышками" и выполняем марш на месте)
- Муха денежку нашла (присесть, "поднять денежку", встать и вытянуть руки вперед, как бы показывая денежку)
- Пошла муха на базар (марш и крылышки)
- И купила самовар (руками обрисовываем в воздухе контур самовар).
-Приходили к мухе блошки (марш на месте, руки на поясе)
- Приносили ей сапожки (правая нога вперед на пятку, затем на место; то же с левой ноги)
- А сапожки ("ковырялочка" правой ногой) не-прос-тые (три поочередных переступания)
-В них застежки зо-ло-тые (то же с левой ноги).

Танец «Твист»

Ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, находятся на уровне талии. Во время движений ногами руки работают вперед-назад.
- Правой пяткой покрутили (вес на левой ноге, правая нога полусогнута, пятка поднята; подкручивания на подушечке)
- Левой пяткой покрутили (то же с другой ноги)
- Пятки вверх, а пальцы вниз (на двух ногах)
- Получился танец Твист (на двух ногах).

Танец «Джаз»

Ноги вместе. Руки на пояс.
- Посмотрите вы на нас (оба плеча вверх-вниз)
- Мы танцуем танец Джаз (плечи поочередно вверх-вниз)
- Правой (правая нога из исходного положения в сторону на носок) – топ (нога на место)
- Левой (левая нога из исходного положения в сторону на носок) – топ (нога на место)
- Правой (правая нога из исходного положения в сторону на носок) – топ (нога на место)
- Левой (левая нога из исходного положения в сторону на носок) – топ (нога на место)
- Выпад вправо (выпад на правую ногу, левая прямая, плечи вверх)
- И на место (в исходное положение)
- Выпад влево (выпад на левую ногу, правая прямая, плечи вверх)
- И на место (в исходное положение)
- Кик (правая нога выносится вперед через высокий подъем колена) - на месте (в исходное)
- Кик (левая нога выносится вперед через высокий подъем колена) - на месте (в исходное)
- Будем веселиться вместе (повторить)
- Раз, два, три, раз, два, три (разводя и сводя колени, выполняем ими хлопки)
- Ты ногами покрути (ноги вместе, полусогнуты, скрутка вправо-влево).

ЧАСТЬ ВТОРАЯ.

Музыкальные игры.

Эти игры нравятся дошколятам любого возраста, начиная с малышей. В них ребятам предлагается изобразить движения и повадки животных. Чем старше дети, тем более продуманными становятся движения, интереснее импровизация. Всех объединяет одно – радость от возможности свободного перемещения по залу.

Музыкальное сопровождение представлено в виде песенок. Это помогает детям учиться импровизации. В дальнейшем музыку можно менять на инструментальную и предлагать ребятам самим выбирать стиль движений.

В скобках указан номер трека на диске.

«Бабочки и шмели»

Загадка:
Нет, не птица, но летает.
Высоко она порхает.
На цветочке посидит,
И раскраской всех манит.
Вся такая лапочка,
*Маленькая...(**Бабочка**)*

Девочки под музыку на полупальцах двигаются по залу, изображая полет бабочки. В тот момент, когда выключается музыка, они присаживаются на корточки, как будто на цветок, и опускают «крылышки». Все повторяется три-четыре раза.
Далее мальчики изображают **шмелей.** Но их «полет» должен быть более стремительным и быстрым.
Как вариант игры, можно задавать направления движения бабочек и шмелей. Например, по кругу, диагонали, змейкой. Малышей может водить ведущий, а в старших группах выбирать ведущего из детей.

«Зверята»

1.Лягушка
- Где же вы её найдёте?
Ну, конечно же, в болоте!
Зелена, как трава,
Говорит: «КВА, КВА, КВА!»

Дети присаживаются на корточки и в этом положении подпрыгивают. При этом колени разведены в стороны, а руки впереди касаются пола. Разрешаем ребятам издавать звуки «ква!».

2. Цапля
- На одной ноге стоит,
В воду пристально глядит.
Тычет клювом наугад -
Ищет в речке лягушат.

Исходное положение - стоя на прямых ногах, прямые руки разведены в разные стороны. Под музыку шагаем как цапля: поднимаем согнутую в колене ногу как можно выше, делаем шаг вперед. То же с другой ноги.

3. Зайка

- Кто трясётся за кусточком,
Маленьким дрожит хвосточком?
Ты трусливого узнай –ка –
То наверно, серый.

Изображаем то, о чем поется в песенке.
1 движ. - руки возле груди, прыгаем на месте;
2 движ. - шевелим «хвостиком»;
3 движ. - «поднимаем ушки» - приставляем ладони к голове.
4 движ. - «прислушиваемся» - небольшие наклоны корпуса вправо и влево, руки на голове;
5 движ. - «приглядываемся» - рука как козырек, наклоны корпуса;
6 движ. - «прячемся» - садимся на корточки, «прижимаем ушки».

4. Пингвин.

Слова: «*А теперь мы познакомимся с удивительной птицей. У нее есть крылья, но она не летает. Живет там, где всегда зима. Это пингвин*». Изображаем пингвина.

Звучит веселая мелодия. Ноги вместе. Пятки рядом, мыски врозь (первая позиция). Руки внизу вдоль тела, ладони открыты. Позиция рук сохраняется на протяжении всего танца.
1 движ. – переминаемся с ноги на ногу, покачиваясь.
2 движ. – небольшие наклоны в сторону, приподнимая одну ногу, совершаем мелкие прыжки. То же с другой ноги.
3 движ. – мелкие движения бедрами.

Детям старшего дошкольного возраста движения можно не показывать, а разрешить полную импровизацию на слова из песенки.

«На деревенском дворе»

Ведущий приглашает всех на деревенский двор изобразить его обитателей. Он читает текст, а дети под музыку показывают животных.

- Раннее утро. Вот, важно и гордо подняв голову, заложив крылья за спину, прохаживается по двору петух и кричит: «Ку-ка-ре-ку! ».
- А на крылечко мягко и осторожно выходит кот. Он садится на задние лапки, а передними умывает мордочку, ушки, приговаривая: «Мяу! ».

- Неуклюже и смешно переступая с ноги на ногу, выходит утка и начинает клювом чистить свои перышки, покрякивая: «Кря-кря».
- Гордый гусь вышагивает, медленно поворачивая голову в разные стороны и приветствуя нас: «Га-га».
- Хрюшка, повалившись в лужу на бок и вытянув передние и задние ноги, резко поднимает голову, удивленно прищуривает глаз и спрашивает: «Хрю-хрю? ».
- Стоя спит, опустив голову, лошадь. Вот она открывает глаза, поднимает одно ухо, потом второе и радостно ржет: «И-го-го! ».
- Просыпаются курицы и начинают суетливо бегать по двору: «Ко-ко-ко».
- Все проснулись! С добрым утром!

«Шарик»

В ходе игры учим детей правильно выполнять прыжки на двух ногах.
Исходное положение: стоя на месте, ноги вместе, руки опущены вдоль тела.

На повторяющиеся слова: *«Вот он, шарик маленький смешной»* - руки поднимаем вверх, образуя круг над головой (третья классическая позиция рук).
«Хочет этот шарик поиграть с тобой» - оставляя руки над головой, выполняем неглубокие наклоны туловища в стороны. На последнем слове убираем руки на пояс.
«Он летел! Он летел!» - выполняем два высоких прыжка на двух ногах.

Эти движения повторяются несколько раз в течение игры. Остальные движения ясны из слов песенки.

Следим за тем, чтобы все движения руками были широкими и четкими.

«Зебра»

Очень веселая игра. Движения описаны в первой части сборника

«Цветочек»

Эта игра имеет элементы парного танца. Но сначала я провожу ее на местах сольно.

Впервые играя в эту игру, беседуем с детьми, как вырастает цветок: посадили зернышко, полили водой, начал расти стебелек, он тянется к солнцу, затем распускаются бутоны; вечером солнце прячется и цветок закрывает свои лепестки. Изображаем все эти этапы, сначала без музыки, а затем и вместе с ней. Отмечаем, что стебелек тоненький, поэтому ноги плотно прижаты друг к другу, а спина прямая. Обязательно говорим о музыке: она медленная, спокойная, поэтому движения должны быть плавными, в такт музыке. В таком виде мы проводим игру на нескольких занятиях, пока не увидим, что дети запомнили движения. Затем предлагаем ее в новом варианте.

Дети стоят в кругу. Заранее распределяем роли (по два одинаковых героя): жучки, мотыльки, пчелки. Остальные дети – цветочки. И круг, в котором все стоят, изображает большой цветок, на который будут прилетать гости. Объясняем, в какой момент они должны «слетаться» и «разлетаться». Выбираем одинаковых героев с противоположных сторон, чтобы они могли подбегать друг другу.

Ход игры.

Исходное положение: сидя на корточках, сгруппировавшись (изображаем зернышко).

«Цветочек на клумбе растет и цветет» - медленно встаем и выпрямляемся.

«На солнышке греясь, гостей к себе ждет» - поднимаем вверх руки и немного отводим их друг от друга (распустившийся бутон), растягиваем корпус (тянемся к солнцу) и.

«К нему прибежал покачаться жучок» - «жучки» подбегают друг к другу, встают в позицию «лодочка» (ноги на ширине плеч) и выполняют покачивания с ноги на ногу.

Далее – по тексту песни. Остальные дети в кругу повторяют движения за героями.

«… и остался цветок» - вновь руки вытягиваем над головой.

«На солнышке греясь, он будет стоять» - покачиваемся из стороны в сторону.

«А солнце зайдет, наш цветок будет спать» - закрываем голову руками (бутон закрывается).

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ.

Игровые развивающие сюжетно-образные танцы.

Небольшие 32-тактные композиции, позволяющие повторять их большое количество раз без остановки. Данные танцы очень эффективны в развитии координации, ритмичности. Образность танцев развивает воображение детей.

Здесь указан возраст воспитанников для каждой группы танцев. Но эти границы являются примерными, возможно их перемещение. Использование данного материала ранее указанных возрастных границ развивает у детей умение повторять движения за взрослым, начинать и заканчивать соответственно музыкальным фразам. На более позднем этапе дети вполне смогут справиться с заданием самостоятельно.

Средняя группа (4-5 лет)

«Помогаем маме»

Имитация бытовых действий – стирка. Сначала советуем обучить детей движениям рук. А затем предложить пружинить в ногу, «чтобы было веселее». ИП – ноги на ширине плеч. В процессе исполнения всех движений происходит перенос веса с ноги на ногу и выполняется двойная пружинка в бедро. В это время производятся движения руками по два раза на каждую ногу.

*1-*я восьмерка – «стираем на доске» - *кисти в кулачках, скользящие движения сверху вниз.*

*2-*я восьмерка – «выжимаем» - *вращение кистями рук.*

*3-*я восьмерка – «встряхиваем белье» - *руки согнуты в локтях, махи кистями рук.*

*4-*я восьмерка – «развешиваем белье» - *ноги выпрямлены, тянемся руками вверх и имитируем пристегивание прищепками на каждый счет.*

«Строим дом»

Имитация бытовых действий – строительство дома. Сначала советуем обучить детей движениям рук. А затем предложить пружинить в ногу, «чтобы было веселее». ИП – ноги на ширине плеч. В процессе исполнения всех движений происходит перенос веса с ноги на ногу и выполняется двойная пружинка в бедро. В это время производятся движения руками с разворотом корпуса по два раза на каждую ногу.

1-я восьмерка – «пилим» - *кисть сжата в кулак, движение рукой от себя в сторону, выпрямляя руку. Акцент на выпрямление*.

*2-*я восьмерка – «молоток» - *стучим кулачками.*

3-я восьмерка - «красим потолок»:

счет 1-2 – *двойная пружинка в правое бедро, два раза «обмакиваем кисть» в воображаемое ведро;*

счет 3-4 – *пружинки нет, только перенос веса влево-вправо, рука вытягивается вверх и выполняет движения влево-вправо.*

5-6-7-8 - повторяем. *Возможно, детям сложно выполнить то же другой рукой. Поэтому можно повторить той же рукой.*

*4-*я восьмерка – «клеим обои» - *круговые движения согнутой рукой, как бы разглаживая обои на стене.*

Старшая группа (5-6 лет)

«Крокодил Гена»

Изображение всеми любимого персонажа с гармошкой. Сначала советуем обучить детей движениям рук и ног отдельно, а затем координировать вместе.

ИП – ноги вместе, руки согнуты в локтях, локти прижаты к телу, кисти в кулачках соединены, имитируем удерживание маленькой гармошки. Колени немного смягчены. Выполнять движения на прямых ногах неудобно. Движения исполняются на каждый такт музыки.

1-я и 2-я восьмерки – «играем на гармошке»:

1-я восьмерка:

Счет 1 – удерживая пятки вместе, приподнимаем правый носок и разворачиваем его вправо, правая рука, сохраняя локоть прижатым к телу, тоже открывается вправо.

Счет 2 – возвращаемся в ИП.

Счет 3-4 – повторяем.

Счет 5-6-7-8- повторяем то же в левую сторону.

2-я восьмерка:

Счет 1 – удерживая пятки вместе, разводим в разные стороны оба носка одновременно, при этом немного пружиним в коленях; удерживая локти около тела, разводим кулачки в разные стороны.

Счет 2 – вернуться в ИП.

Счет 3-4 – повторяем.

Счет 5 – удерживая носки вместе, разводим пятки как можно шире, пружиня в коленях; руки выполняют подобное движение: кулачки вместе, локти в разные стороны.

Счет 6 – вернуться в ИП.

Счет 7-8 – повторяем.

3-я и 4-я восьмерки – «Гена танцует»:

3-я восьмерка:

Счет 1-2-3-4 –ноги плотно прижаты друг к другу, колени мягкие, руки выпрямлены в разные стороны, ладони - от себя. Выполняем перекаты на стопе с продвижением вправо: скрутка на носках, пятки вправо; скрутка на пятках и т.д.

Счет 5-6-7-8 – в другую сторону.

4-я восьмерка:

Счет 1 - ноги вместе, хлопок перед собой.

Счет 2- хлопок за спиной.

Счет 3 – руки на поясе, прыжок на двух ногах.

Счет 4 – повторяем прыжок.

Счет 5-6-7-8 – повторяем хлопки и прыжки.

«Слоненок»

В этом танце с помощью движений описывается внешний вид слона – уши, хобот, хвост. ИП – ноги вместе, колени немного согнуты, руки сложены в «полочку». Сначала советуем обучить детей движениям рук и ног отдельно. Детям очень нравится отбивать ритм верхней рукой, например последние четыре такта перед началом движения (5-6-7-8). Это помогает им приготовиться к началу движения. Во время исполнения следим за четкостью движений и напряжением рук и ног.

1-я восьмерка – «уши»:

Счет 1 – из положения в пружинке встать, выпрямив ноги. При этом правая нога раскрывается вправо и ставится на носок. Раскрываем руки так, чтобы правая рука вышла вправо, а левая наверх. Тем самым мы показываем, какое большое ухо у слона. Со временем можно добавить поворот головы в ту же сторону.

Счет 2 – вернуться в ИП.

Счет 3-4 – повторяем все движения.

Счет 5-6-7-8 – то же влево.

2-я восьмерка – «хобот» и «хвост»:

Счет 1 – из ИП встаем на прямые ноги, отводим правую ногу назад на носок (хвост), а руки вытягиваем вперед, соединяя кончики пальцев (хобот).

Счет 2 – в ИП.

Счет 3-4 – повторяем те же движения.

Счет 5-6-7-8 – те же движения с левой ноги.

3-я и 4-я восьмерки – «слон танцует»:

3-я восьмерка:

Счет 1 – руки на поясе. Из пружинки встаем на прямые ноги и выносим правую ногу вперед на пятку.

Счет 2 – в ИП.

Счет 3-4 – повторяем.

Счет 5-6-7-8 – те же движения с левой ноги.

4-я восьмерка:

Счет 1 - ноги вместе, хлопок перед собой.

Счет 2- хлопок за спиной.
Счет 3 – руки на поясе, прыжок на двух ногах.
Счет 4 – повторяем прыжок.
Счет 5-6-7-8 – повторяем хлопки и прыжки.

«Диско»

ИП – ноги вместе, руки на поясе. Все движения исполняются в сопровождении пружинки на двух ногах.

1-я восьмерка:

Счет 1-2-3-4 – хлопки ладонями по коленям. Руки выпрямлены.
Счет 5-6 – хлопки в ладоши справа от головы.
Счет 7-8 - хлопки в ладоши слева от головы.

2-я восьмерка:

Счет 1-2 – «веревочка» - вращение согнутых рук перед грудью с разворотом корпуса вправо.
Счет 3-4 - то же влево.
Счет 5-6 – «ножницы» - перекрещенные движения прямыми руками с разворотом корпуса вправо.
Счет 7-8 – «ножницы» влево.

3-я восьмерка:

Счет 1-2-3-4 – кисти в замке; касаемся замком последовательно правого плеча, левого плеча, правого бедра, левого бедра.
Счет 5-6-7-8 – повторить.

4-я восьмерка – «ракета»:

Счет 1-2 - левая рука на поясе, правая рука выполняет движение от левого бедра (1) вправо вверх (2);
Счет 3-4 – повторить.
Счет 5-6-7-8 – то же левой рукой.

Подготовительная группа (6-7 лет)

«Папуасы»

Более сложная композиция, требующая более развитой координации, так как совмещает перемещение на приставных шагах с разнообразными движениям рук. Построена на элементах современного танца. Здесь предложен упрощенный и сокращенный вариант танца для использования его в качестве развивающего. Но возможно превращение его в полноценную композицию, добавив движения.

Ноги вместе, руки на поясе. На последний такт перед началом танца прыжком принять ИП – ноги шире плеч, согнутые в коленях, руки согнуты, сжаты в кулачки.

1-я и 2-я восьмерки – «барабаны».

1-я восьмерка:

Счет 1-2 – шаг вправо, при этом дважды пружиним в коленях, немного наклоняем корпус вперед (следим за осанкой), взгляд направлен вниз, и дважды стучим кулачками по коленям.
Счет 3-4 – подносим левую ногу к правой, положение корпуса не меняется, два удара по коленям кулачками.
Счет 5-6 – продолжаем движения вправо.
Счет 7-8 – подносим ногу, полностью выпрямляемся и показываем правой рукой жест «класс».

2-я восьмерка – те же движения, но влево.

3-я и 4-я восьмерки – «ритуальный танец».

3-я восьмерка - те же приставные пружинистые шаги в вправо, но, при этом, руки выполняют толкающие движения от себя (из согнутого положения в прямое) ладонями

вперед. На счет 7-8 выполняются хлопки с небольшим наклоном в ту сторону, куда шло продвижение.

4-я восьмерка – то же влево.

5-я и 6-я восьмерка – «охота».

5-я восьмерка – «выслеживает добычу».

Счет 1-2 – ноги в ИП, перемещение веса через пружинку вправо, рука- козырек.

Счет 3-4 – то же влево.

Счет 5-6 – вправо.

Счет 7-8 – перенос веса влево, поднести свободную ногу, руки перед собой, согнутые в локтях.

6-я восьмерка – «радуется добыче»

Счет 1-2 – шаг вправо через высокий подъем колена, поднос ноги также с подъемом колена (хип-хоп степ); руками рисуем радугу слева направо, сильно вытягивая их вверх и растопырив пальцы.

Счет 3-4 – то же влево.

Счет 5-6 – то же вправо.

Счет 7-8 – вернуться в ИП.

Литература

1. *Архипова Е. Ф.* Логопедическая работа с детьми раннего возраста. – М., 2006.

2. *Волкова Г. А.* Логопедическая ритмика. – М., М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - 272 с.

3. *Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.* Лечебно-профилактический танец. «Фитнес-Данс». Учебное пособие – СПб.: Детство-Пресс, 2007. – 384 с., ил.