***Использование современных методов и приемов***

***на занятиях по хореографии.***

**Игроритмика.**

Игроритмика является основой для развития чувства ритма и двигательных материала способностей детей. На занятиях я использую разнообразную музыку/ Для большего проникновения и развития эстетического вкуса у детей я подбираю музыку доступную и понятную по содержанию и форме.

Приложение.

***Ритмическая игра «Ёжик и барабан!***

*На слова «бум» дети ударяют ладонями по коленям.*

С барабаном ходит Ёжик – бум – бум – бум!

Целый день играет Ёжик – бум – бум – бум!

С барабаном за плечами – бум – бум – бум!

Ёжик в сад забрел случайно – бум – бум – бум!Очень яблоки любил он – бум – бум – бум!

Барабан в саду забыл он – бум – бум – бум!

Ночью яблоки срывались – бум – бум – бум!И удары раздавались – бум – бум – бум!

Ой, как зайчики струхнули – бум – бум – бум!Глаз до зорьки не сомкнули – бум – бум – бум!

***«Часы»***

Бьют часы на башне: Бим! Бом! Бим! Бом!

*(ударяют обеими кулачками по коленям половинными длительностями)*

А стенные поскорее! Тик – так! Тик – так!

*(качают руками – стрелками» вправо – влево четвертными)*

А карманные спешат Тики – таки! Тики - таки! Тики – таки – так!

*(поочередно шлепают ладонями по коленям в ритме 8 длительн.)*

**Игрогимнастика**

Игрогимнастика служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при разучивании танцевальных движений: на укрепление осанки; на расслабление мышц; акробатические этюды; мимические упражнения.

(Приложение)

***«Сидит старый дед»***

Сидит старый дед, ему 100 лет. (Дети сидя опускают вниз плечи)

А мы ребята - дошколята и мы сидим вот так (выпрямляются, спина ровная, руки на поясе

***«Стойкий оловянный солдатик»***

На одной ноге постой-ка,будто ты

солдатик стойкий!Ногу правую к груди,

Да, смотри, не упади!

А теперь постой на правой,

Если ты солдатик бравый!

***«Я веселый пятачок»***

(*перекаты на спине вперед - назад,*

*вправо - влево)*

Я – веселый Пятачок, акробат отличный!

Хвостик – маленький крючок, голосок приличный!

Поросенок я лесной,

бара – бара – банчики!

Кувыркайтесь все со мной, кабаны – кабанчики!

***«Любопытная Варвара»***

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо *(повороты головы)*

А потом наклон вперед, там немного отдохнет.Шея не напряжена, а расслаблена!

***«Крапива»***

В огороде сиротливо пригорюнилась крапива.

Может, кем обижена? Подошел поближе я, а она – то, злюка, обожгла мне руку!

**Игротанцы**

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Усвоение детьми навыков движений, овладение правильными способами их выполнения обогащает двигательный опыт, необходимый в разнообразных жизненных ситуациях.

Разнообразие движений в игротанцах даёт мне возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость воспитанников, что является физической основой красоты тела. (Приложение №)

***«Мы пойдем сначала вправо»***

(движения согласно тексту)

Мы пойдем сначала вправо -1, 2, 3.

А потом пойдем налево – 1, 2, 3.

А потом мы все сойдемся – 1, 2, 3.

А потом все разойдемся – 1, 2, 3.

А потом мы все присядем - 1, 2, 3.

А потом все дружно встанем - 1, 2, 3.

А потом все улыбнемся - 1, 2, 3.

А потом мы все станцуем, посмотри!

***«Стирка»***

(*движения согласно тексту)*

Мы платочки постираем,

Хорошенько их потрем!

А теперь их пополощем!

Хорошенечко встряхнем!

Наши чистые платочки на веревку отнесем!

А теперь мы их погладим,

вот как весело живем.

***Танцевальные шаги.***

***«Ковырялочка»***

Ставлю ногу на носок, а затем на пятку.

И три разу постучу, глядя на ребяток!

***«Топотушки»***

В гости к нам пришли зверюшки, им покажем «топотушки»,

Постучим мы ножками,

протопчем к ним дорожку.

**Танцевально – ритмическая гимнастика**

Представляет собой образно – танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции на моих занятиях объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп: «Всадники», «Карусельные лошадки», «Песня короля», «Чебурашка», «Четыре таракана и сверчок», «Хоровод», «Сосулька», «Упражнения с султанчиками», и другие. (Приложение №)

***«Паровозики»*** *(музыка диско)*

Паровозик едет – едет *(8 шагов с высоким подниманием бедра)*

А потом как загудит *(переминаясь с ноги на ногу, правая рука согнута в локте и поднята наверх, поднимаем вверх-вниз – «гудим»)*

Что-то тесно стало нам *(переминаясь с ноги на ногу, «толкаемся» правым локтем в сторону, затем левым)*

Расходитесь по домам!

В окно мы маму увидали, и вот так ей помахали *(ноги на ширине плеч, «качалочка», поднимая поочередно руку наверх – «машем»)*

Воздушный поцелуй пошлем! *(Посылают воздушный поцелуй вправо, влево)*

Спать мы ляжем, отдохнем! *(наклонили голову вправо, слегка присели, положили соединенные ладони под голову)*

***«Всадники»*** *(Музыка грузинская народная)*

И.п. – узкая стойка, ноги врозь.

1-8 – сед на стуле, держась руками за края стула.

1-2 – поднять ноги прямые вверх, опустить (7 раз)

1-8 – 8 хлопков перед собой на каждый счет

1-6 – руки вверх, потянуться.

7-8 – руки на пояс.

1-4 – наклон вперед, прогнувшись.

5-8 – сидя прямо, сгибая и разгибая руки, кисти в кулак, имитировать

скачку.

1-8 – 8 шагов поднимая колени

1-16 – встать, подскоки вокруг стула – «вожжи»

1-8 – прыжком сесть верхом на стул, руками взяться за спинку.

1-8 – изобразить скачку на лошади.

**Игропластика**

Игропластика основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости дошкольника. Детям особенно нравятся упражнения ля развития пластики и гибкости, которые я использую на занятиях: «Маг – волшебник», «Змея», «Ёжик», «Кошечка», «Корзиночка», «Лягушка», «Лодочка», «Буратино», «Мостик», «Палочка». Дети с удовольствием входят в образ, радуясь превращениям. (Приложение №)

***«Маг- волшебник»***

«Я – маг-волшебник *(сидя по - турецки)*

Вперед наклонюсь – меня не видно станет *(наклон вперед).*

А захочу – в льва превращусь *(сед на пятках, упор на кисти, высунуть язык – «А»)*

Или в акробата *(стоя наклон вниз, колени прямые)* Змеей прогнусь *(лежа на животе, упор на кисти рук)*, головой поверчу *(повертеть головой вправо-влево)*

А если надо будет – котенком свернусь *(лежа на боку, свернуться клубком).* Как здорово это, однако!»

***«Котенок»***

-Мы котенка увидали, мяу – мяу –мур – мур – мур!*(стоя на четвереньках)*

Котенок спинку выгибает *(выгнули спину, позвоночник тянуть к потолку)*

И красиво прогибает *(прогнулись, голова вверх).* Котенок умывается *(сидя на пятках, имитировать «умывание»).* И хвостиком играется *(на четвереньках, «виляют» хвостиком»).* Наш котеночек устал *(стоя на коленях, потянуться верх).* Лег на бок и задремал (*лечь на бок «уснуть»).* Вот котята и проснулись, (*потянулись)*

На спинку все перевернулись, *(на спине), л*апки вверх подняли дружно, *(машут руками и ногами)* Помурлыкать, значит, нужно! (*мяукают).*

**Пальчиковая гимнастика**

Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов, поэтому я сочетаю упражнения с логоритмикой. Благодаря развитию пальцев в мозгу формируется проекция «схемы человеческого тела», а речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев. В своей работе я широко использую упражнения для ладоней и пальцев рук с грецкими орешками, шариками, шишками, коррекционными мячиками. (Приложение №)

***«Осень»***

Ветер по лесу летал

*(дети плавно машут кистями рук)*

Ветер листики считал:

*(поочередно загибают пальцы)*

Вот дубовый,

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с берёзки золотой,

Вот последний лист с осинки,

Ветер бросил на тропинку *(машут кистями*

*рук, как бы сбрасывают листву)*

***«Мышка»***

Мышка в норку пробралась *(шагать пальчиками по коленям)*

На замочек заперлась *(зацепить указательные пальцы обеих рук как цепочку)*

В дырочку глядит *(сделать колечко из большого и указательного пальцев и посмотреть в колечко)*

Кошка не бежит? *(ладонь руки поднести ко лбу – козырек, вглядываясь вдаль)*

**Игровой самомассаж**

Выполняя *упражнения самомассажа* в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения как «Дождик-дождик», «Ладушки - ладошки», «Ручки», «Кисонька», «Капуста», «Паровоз», «Пчела», «Труба» способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Для того, чтобы точечный массаж не выполнялся чисто механически, я создаю соответствующий эмоциональный настрой. Ребенок играет, лепит, мнет, разглаживает свое тело, при этом проговаривает все свои движения чистоговорками. (Приложение №)

**«Капуста»**

Мы капусту рубим, рубим,

Мы морковку трем, трем.

Мы капусту солим, солим.

Мы капусту жмем, жмем!

**«Кисонька» (с элементами логоритмики)**

Са – са - са – кисонька – краса! (поглаживание шеи ладонями)

Сы – сы - сы – у кисоньки усы! (указательными пальцами поглаживать

переносицу)Иса - иса – иса – бантиком играет киса (погладить себя по голове)

**«Паровоз» (с элементами логоритмики)**

Дети встают друг за другом «паровозиком».

Паровоз кричит «Ду-ду! Я иду, иду, иду» (поколачивание кулачками)

А вагоны стучат, а вагоны говорят:

«Так – так – так! (похлопывание ладошками)

«Так – так – так! (поглаживание ладошками)

**Креативная гимнастика**

Предусматривает целенаправленную работу по применению нестандартных упражнений, творческих игр. направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.Благодаря использованию на своих занятиях элементов креативной гимнастики «Магазин игрушек», «Творческая импровизация», «Море волнуется» я создаю благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности. (Приложение №)

***«Магазин игрушек»***

Дети идут по кругу со словами:

Динь, динь, динь! Динь, динь, динь!

Открываем магазин!

Заходите, заходите, выбирайте, что хотите!

Продавец (преподаватель) спрашивает покупателя (ребенка), что он хочет купить. Покупатель отвечает: «Куклу». Все дети изображают кукол. Покупатель выбирает ту куклу, которая ему больше всего понравилась.

***«Лиса и лисята»***

Раз, два, три – повернись, все в лисяток превратись!

Ну, вот, теперь вы все лисята, мои хитрые ребята,

Покажите все хвосты - очень дивной красоты.

Лапки так как я сложите, на охоту выходите!

Будем курочек искать и цыпляток мы пугать!

*(Дети входят в образ лис, ходят походкой лисы, высматривают цыплят)*

Педагог: А теперь повернись, все в ребят превратись!

**Хореография**

Предусматривает обучение дошкольников элементам классической хореографии в игровой форме.

В игровой форме дети знакомятся с позициями рук и ноги с элементами классической хореографии. Только посредством игры можно заинтересовать дошкольника к изучению таких элементов как деми-плие (маленькое приседание) – это подражание лягушке, релеве – нужно подняться на носочки, чтобы кого-то увидеть. Для запоминания позиций ног и рук на занятиях я включаю хореографические игры «Ручки-ручки», «Ножки-ножки», а для подъема стопы – игра «Лети, лети, пушинка». (Приложение № )

***«Ножки, ножки»***

Ножки, ножки, начинаем движенье!

Выучите, ножки, наши упражненья!1 позиция ног! Ножки спрашивают: Первая?

Отвечают: Первая! (дети ставят ноги в 1 позицию)3 позиция ног!

Ножки спрашивают: Третья? Отвечают: Третья! (дети ставят ноги в 3 позицию)

6 позиция! Ножки спрашивают: Шестая? Отвечают: Шестая!

А шестая позиция очень простая! (дети ставят ноги в 6 позицию)

***«Ручки, ручки»***

Ручки, ручки, начинаем движенье,

Выучите, ручки, наши упражненья! Подготовительная позиция!

Ручки спрашивают: Подготовительная?

Отвечают: Подготовительная! (руки в подготовительную позицию)

Первая позиция! Ручки спрашивают: Первая?Отвечают: Первая! (руки в первую позицию)

Вторая позиция! Спрашивают: вторая? Отвечают: Вторая (перевести руки во вторую

позицию) Третья позиция! Спрашивают: Третья?

Отвечают: Третья! (перевести руки в третью позицию). А третья позиция очень простая!!!

**Дыхательная гимнастика**

Во всех возрастных группах неотъемлемой частью занятия является дыхательная гимнастика, которая помогает детям восстановить дыхание, расслабиться. Это такие упражнения, как: «Волны шипят», «Насосы», «Шарики», «Вороны». (Приложение № )

***«Шарик»***

Воздух мягко набираем, красный шарик надуваем!

Пусть летит он к облакам, помогу ему я сам!

**«Отдыхаем».**

Будем все мы отдыхать, будем глазки закрывать. Глазки закрываются, тело расслабляется.

Дышим мы легко… Дышим глубоко… Отдыхают наши ножки, расслабляются…

Отдыхают наши ручки, силы набираются… Дышим все легко… Дышим глубоко…

Все мы расслабляемся… Силы набираемся…

Мы приехали, друзья! В группу нам идти пора!

**Музыкально – подвижные игры**

Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации.

В конце каждого занятия я провожу музыкально – подвижные игры интенсивной и малой подвижности, это зависит от насыщенности занятия. Дети их очень любят, предлагая новые правила. Игры подбираю согласно сюжету занятия – «У медведя во бору», «Рыбачок», «Караси и щука», «Лягушки и цапля», «Трансформеры», «Автомобили», «Пугало». (Приложение № )

***«Вот сидит лохматый пес»***

-Вон сидит лохматый пес, а зовут его Барбос.

Подойдем к нему, разбудим и посмотрим, что же будет?

На носочках подошли 1,2,3,4,5,

тихо, как коровы «Му». А теперь как барашки «Бе»,

Как уточки «Кря-кря». Как поросята «Хрю-хрю»

Как котята «МЯУ» *(Просыпается пес и догоняет детей).*

Я создаю на своих занятиях творческую атмосферу, вызывая интерес у дошкольников нетрадиционными методами и формами их проведения. Прилагаю все усилия, чтобы дети видели цель, к которой нужно прийти в результате репетиций. Необходимо направить детей, подбодрить их. Только тогда приобретенный опыт станет внутренним достоянием воспитанников, перейдет во внутренний план, станет основой для дальнейших достижений. Ребенок должен не только воспринимать красивое, но и уметь рефлектировать свой уровень исполнения движений в танце, который является основой стремления быть лучше и красивее.