**СПЕЦИФИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ХОРЕОГРАФИИ И ФОРМИРОВАНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.**

**Пояснительная записка**

В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий.

**Актуальность данной программы**

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосозна­ния. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходи­мо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культу­ры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выра­ботанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа сориен­тирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физичес­ких данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

**Цель программы:**

* Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.
* Помочь музыкальным руководителям и воспитателям в организации хореографической работы в детских дошкольных учреждениях.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

— через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;

— расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;

— умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;

— умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

**Развивающие:**

— развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;

— умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

— координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;

— приобщение к совместному движению с педагогом.

**Воспитательные:**

— воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроя;

— психологическое раскрепощение ребенка;

— воспитание умения работать в паре, коллективе,

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

**Принципы:**

* индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
* систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
* наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
* повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
* сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

**Методические приемы :**

**Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

**Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

— развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

— формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

— формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

— формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Структура занятия**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

**ЭТАПЫ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ**

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

* Начальный этап — обучению упражнению (отдельному движению);
* Этап углубленного разучивания упражнения;
* Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей.

В процессе изучения дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

— соответствие возрасту;

— художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;

— моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;

— разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар, с учетом возрастных особенностей.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

**ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 5-6 лет

2 год обучения: 6-7 лет

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа предназначена для обучения детей 5 – 7 лет и рассчитана на два учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского, современного и бального танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

— постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;

— процессами психического развития ребенка;

— большим объемом материала, многопредметностью;

— групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся: два раза в неделю, во второй половине дня. Длительность занятий на первом году обучения – 20 — 25 минут, на втором – 25-30 минут. Всего 68 часов в год на первом и втором году обучения, 4 часа отводится на проведение мониторинга 2 раза в год сентябрь – май.

**Ожидаемые результаты**

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

**Первый год обучения** (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

**Второй год обучения** (подготовительная к школе группа). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

**Первый год обучения (5-6 лет)**

В возрасте 5-6 лет ярко выявляется индивидуальность ребенка, его инициативность, попытки собственной интерпретации при исполнительстве, эмоционально осознанное восприятие.

Развитое чувство ритма характеризуется чутким улавливанием метра, акцентов, пульсации, ритмического рисунка, музыкальной формы, темпа произведения.

Приоритетные задачи:

— умение оперировать музыкальными представлениями;

— продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;

— учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;

— вводить элементы балетного и современного массового танца.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Теория | Практика | Всего |
| 1. | Вводное | 2 | — | 2 |
| 2. | Знакомство с танцем | 2 | — | 2 |
| 3. | Музыкальная грамота | 2 | 4 | 6 |
| 5. | Элементы классического танца | 2 | 6 | 8 |
| 6. | Танцевальные игры | 2 | 8 | 10 |
| 7. | Рисунок танца | 1 | 4 | 5 |
| 8. | Народный танец | 2 | 6 | 8 |
| 9. | Бальный и современный танец | 1 | 4 | 5 |
| 10. | Репетиционно-постановочная работа | — | 22 | 22 |
|  | ИТОГО: | 14 | 54 | 68 |

**Содержание курса :**

**Тема «Вводное занятие»**

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).

2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

3. Разговор о технике безопасности на занятиях.

4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

**ТЕМА** **« Знакомство с танцем»**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.

2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.

3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.

4. Беседа о любимых танцах.

**ТЕМА «Музыкальная грамота»**

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.

2. Расширить представления о танцевальной музыке

3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.

4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).

2. Такт, размер 2/4, 4/4.

3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

— творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

— выделять сильную долю, слышать слабую долю;

— игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

— прохлопывать заданный ритмический рисунок.

4. Музыкальный жанр

— полька, марш, вальс (устно определить жанр)

— игра: «Марш – полька – вальс

5. Слушать музыку a′capella, уметь двигаться под нее.

**ТЕМА «Элементы классического танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

Выполнение упражнений на середине (отработка положений и позиций рук и ног):

* постановка корпуса (ноги в свободном положении);
* понятия рабочая нога и опорная нога;
* позиции ног;
* полупальцы;
* чередование позиций
* легкие прыжки;
* позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
* перевод рук из позиции в позицию;

**ТЕМА «Танцевальные игры»** (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

**ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:

* замкнутый круг;
* раскрытый круг (полукруг);
* круг в круге;
* сплетенный круг (корзиночка);
* лицом в круг, лицом из круга;
* круг парами,
* круг противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

* перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
* перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

* перестроение из круга в диагональ;
* перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно  
  указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

* Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

* горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

**ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

— развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка»,  
«гармошка», ковырялочка;

— работа рук в русском танце;

— навыки работы с платочком;

— русский поклон;

— подскоки;

— тройные прыжочки

— бег с вытянутыми носочками

— боковой галоп

— шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

— хлопки

— движение с выставлением ноги на носок;

— «ковырялочка» вперед и в сторону;

— пружинка с поворотом;

— приставные шаги в сторону;

* Ходы:

— простой, на полупальцах,

— боковой, приставной,

— боковой ход «припадание» по VI позиции,

— беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

* Подготовка к «дробям»:

— притопы,

— удары полупальцами,

удары каблуком;

* Хлопки и хлопушки для мальчиков:

— одинарные по бедру и голенищу.

— каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;

— присядка с выставлением ноги на пятки

**ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:

* подскоки, галоп;
* комбинирование изученных элементов;
* положения в паре:
* «лодочка»,
* руки «крест- накрест»,
* мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

1. Изучение основ танца «Вальс»:

* основные элементы:
* «качели»,
* «вальсовая дорожка»,
* «перемена»;
* вalance (покачивание в разные стороны)
* работа в паре:
* положение рук в паре,
* вращение «звездочка»;
* простые танцевальные комбинации.

**ТЕМА «Репетиционно-постановочная работа»**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики», «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики», Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры», «Казачата», «Веселый рок-н-рол»,

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Бабочки», «Стирка», «Моряки»

**Второй год обучения (6-7 лет)**

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи:

— развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Теория | Практика | Всего |
| 1. | Вводное | 1 | — | 1 |
| 2. | Знакомство с танцем | 4 | — | 4 |
| 3. | Музыкальная грамота | 2 | 6 | 8 |
| 5. | Элементы классического танца | 1 | 8 | 9 |
| 6. | Танцевальные игры (ритмопластика) | — | 6 | 6 |
| 7. | Рисунок танца | 1 | 5 | 6 |
| 8. | Народный танец | 1 | 6 | 7 |
| 9. | Бальный танец | 1 | 6 | 7 |
| 10. | Репетиционно-постановочная работа | — | 20 | 20 |
|  | ИТОГО: | 11 | 57 | 68 |

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА:**

**Второй год обучения (6-7 лет)**

**ТЕМА « Знакомство с танцем»** (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.

2.Рассказать о пользе занятий танцами.

3. Познакомить детей с разновидностями бальных танцев.

4. Беседа о стилях и направлениях.

**ТЕМА « Музыкальная грамота»**

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.

2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.

— уметь выделять сильную долю;

— уметь начинать движение с затакта;

— творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

— игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

4. Музыкальный жанр

— полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

— игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку a′capella, уметь двигаться под нее.

**ТЕМА «Элементы классического танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:

* постановка корпуса (ноги в свободном положении);
* понятия рабочая нога и опорная нога;
* позиции ног ;
* постановка корпуса в I – II – III позиции;
* постановка корпуса на полупальцы;
* чередование положений;
* легкие прыжки;
* перегиб корпуса вперед и в сторону.
* позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
* перевод рук из позиции в позицию;
* повороты головы на 1/2; 1/4.

**ТЕМА «Танцевальные игры»** (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

**ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

* замкнутый круг;
* раскрытый круг (полукруг);
* круг в круге;
* сплетенный круг (корзиночка);
* лицом в круг, лицом из круга;
* круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

* перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
* перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

* перестроение из круга в диагональ;
* перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно  
  указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

* Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

* горизонтальная;
* вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

**ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

— развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка»,  
«гармошка», ковырялочка;

— работа рук в русском танце;

— навыки работы с платочком;

— русский поклон;

— подскоки;

— припадания;

— тройные прыжочки

— бег с вытянутыми носочками

— боковой галоп

— шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

— хлопки

— движение с выставлением ноги на носок;

— движение «ключик»

— «ковырялочка» вперед и назад

— пружинка с поворотом

— приставные шаги в сторону

* Ходы:

— простой, на полупальцах,

— боковой, приставной,

— боковой ход «припадание» по VI позиции,

— беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

* Подготовка к «дробям»:

— притопы,

— удары полупальцами,

удары каблуком;

* Хлопки и хлопушки для мальчиков:

— одинарные по бедру и голенищу.

— каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

**ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».
4. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:

* подскоки, шаг польки, галоп;
* комбинирование изученных элементов;
* положения в паре:
* «лодочка»,
* руки «крест- накрест»,
* мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

1. Изучение основ танца «Вальс»:

* основные элементы:
* «качели»,
* «квадрат»,
* «ромб»,
* «вальсовая дорожка»,
* «перемена»;
* вalance (покачивание в разные стороны)
* работа в паре:
* положение рук в паре,
* «ромб» в паре,
* вращение «звездочка»;
* простые танцевальные комбинации.

1. Изучение основ танца «Вару-вару»

• выброс ног поочередно в прыжке вперед:;

• выброс ног поочередно в прыжке в разные стороны;

• комбинированноые изучение основных элементов;

• рисунок танца:

— положение an face;

— положение «лицом друг к другу»

• работа в паре:

— положение рук в паре;

— положение ног в паре;

— вращение в паре «волчок»;

• работа над ритмом:

— похлопывание основного ритма танца;

— работа над ритмом в движении.

**ТЕМА «Репетиционно-постановочная работа»**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец», «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

**Описание основных позиций и танцевальных движений:**

**Исходные позиции ног**

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

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

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

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

**• Для старшего возраста:**

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

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

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

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

**Исходные позиции рук**

**Внизу** – руки опущены вдоль тела.

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

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

**В стороны** – плечи и руки составляют одну прямую линию.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Позиции рук в парах**

• **Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):**

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

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

**«Плетень»** - руки соединены крест-накрест.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

• **Дети стоят лицом друг к другу:**

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

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

**Движения рук**

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

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

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

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

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

**Хлопки**

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

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

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

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

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

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

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

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

**Хлопки в парах:**

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

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

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

**Виды шага**

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

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

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

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

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

**Шаг кадрили** – на «раз» - шаг правой (левой) ногой, на «два» - легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Неопорная нога после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг можно выполнять с легким полуприседанием на счет «два».

**Высокий шаг** – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 900. носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

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

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

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

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

• **Шаг на носках:**

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

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

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

**Шаг окрестный вперед-назад («косичка»)** – хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 450 вправо или влево а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

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

**Прыжки**

**• На одной ноге:**

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

**«Часики»** - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 3600.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

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

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

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

• **На двух ногах:**

**Подскок** – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Танцевальные движения**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Полуприседание с поворотом корпуса** – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 900. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

**«Ковырялочка»:**

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

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

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

**«Самоварчик»** - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 900.

**«Елочка»** - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 450. на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

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

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

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

Все на «пружинке».

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

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

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

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

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

• **Танцевальные движения для мальчиков 6-7лет:**

**«Козлик»** - исходное положение – правая нога стоит перед левой, руки скрещены перед грудью. Это движение выполняется на прыжке. Прыгая на левой ноге, сильно притоптывать правой. На счет «раз» - руки по дуге раскрываются в стороны-вверх (кулачки слегка сжаты и подняты вверх), на счет «два» - возвращаются в исходное положение.

**«Веселые ножки»** - положение упор-присев сзади. Ноги часто, резко «выбрасываются» поочередно вперед. Возвращаясь в исходное положение, нога опирается носком об пол.

**«Гусиный шаг»** - исходное положение – в полуприсяде, ноги на «узкой дорожке» широко шагать в полуприсяде на «пружинке». Руками, согнутыми в локтях, махать вперед-назад. Следить за осанкой. Продолжительность движения не более 8-ми тактов.

**«Волчок»** - опираясь о пол ладонью правой руки, вытянув корпус и ноги влево по диагонали, двигаться «семенящим» бегом вокруг своей оси (как циркулем описывая полный круг). Левая рука – произвольно.

**Встать на колено** – опуститься на правое колено, левая нога согнута в виде стульчика. Ступня левой ноги стоит у колена правой ноги.

**Поклон**

**«Русский поклон»** - исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, коснуться пальцами правой руки левого плеча. Выпрямляя правую руку, опустить ее вниз пред собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

**Построения**

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

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

**Цепочка** – дети стоят вполоборота друг за другом, держась за руки.

**Требования к уровню подготовки воспитанников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Воспитанник | Должен знать: | Должен уметь: |
|  | -настроение и характер музыки.  -жанровые особенности  музыки.  -виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения.  -навыки культурного поведения в процессе группового общения.  -узнавать музыкальное произведение, называть автора;  -виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа;  -контрасты и характер музыки;  -стиль музыкального произведения. | — передавать в пластике разнообразный характер музыки;  -передавать основные средства музыкальной выразительности: тепм, динамику, регистр и т.д.  -самостоятельно находить свое место в зале;  -исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях;  -самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;  -сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ;  — передавать в пластике музыкальный образ;  -перестраиваться в круг. Становится в пары и друг за другом и т.д.  -сочинять несложные плясовые движения;  -выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;  -сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам. |

**Учебно – методическое обеспечение:**

1.Технические средства обучения (звуковые):

* Видеоаппаратура;
* Мультимедийная система;
* Пианино.

2.Учебно-наглядные пособия:

* Детские музыкальные инструменты.

3.Музыкальные игры:

* «Определи по ритму», «Тихо, громко», «Музыкальное лото», «Веселые ладошки», «Ну- ка, повторяйте», «Стирка», «Зайцы», «Три поросенка», «Волшебный цветок», «Мельница», «Цирковые лошадки», «Кукляндия», «Цветок», «Ленточки», «Снежинки», «Сладкий апельсин» и др.

4.Набор СД – дисков с записями мелодий.

5.Нотное приложение .

**Список литературы:**

1. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина
2. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
4. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
5. Бекина, С. А. Музыка и движение: учебное пособие .
6. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций: пособие для [практических работников](http://pandia.ru/text/category/prakticheskie_raboti/) ДОУ / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина – 4-е изд. - М.: Айрис-Пресс, 2008. – 160 с.
7. Фокина, Е. Н. Хореографическое искусство как составляющая мировой культуры. Актуальные проблемы преподавания мировой культуры и [глобализация](http://pandia.ru/text/category/globalizatciya/) образовательных процессов / Е. Н. Фокина. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 154 с.
8. Бондаренко, Л. Н. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях / Л. Н. Бондаренко. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 221 с.