

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ХОРЕОГРАФИИ «БИ ӘЛЕМІ»

Пояснительная записка

Актуальность: На протяжении веков одним из универсальных средств воспитания было и остается искусство, представляющее картину мира в единстве чувств и мыслей, эмоциональных образов. В процессе исторического развития искусство выступает, как хранитель духовно-нравственного опыта человечества.

Дошкольное образовательное учреждение может создать такие условия обучения и воспитания каждого ребенка, при которых в комплексе решаются задачи интеллектуальной, волевой, духовно-нравственной, физической, личностной, эмоциональной готовности к обучению в школе. Хореография в детском саду дает эмоциональную и психическую зону комфорта, на фоне удовлетворения ребенка потребности в движении. Она является ступенькой для развития потенциала возможностей, способностей и талантов. Занятия танцем развивают образное мышление, фантазию, креативность.

Сам процесс обучения хореографии связан с активным развитием многих физиологических функций детского организма. Можно с уверенностью говорить, что при регулярных занятиях танцами у детей устраняется ряд физических недостатков, улучшается осанка, становятся подвижными суставы, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения.

Музыка, которая сопровождает движения, повышает качество их исполнения – они становятся более выразительными и четкими. У ребенка развивается чувство ритма, он приобретает умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней движения. Музыка способствует выражению радости, вызывает веселое настроение, укрепляя тем самым жизненный тонус. В процессе музыкально-танцевальных игр происходит перевоплощение, уходят в никуда страхи, снижается уровень агрессии, появляется возможность открывать и понимать себя, управлять своими эмоциями.

Включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать и практический жизненный опыт, усваивать и осознавать социальные ценности. Танец помогает отражать личностные особенности и поведенческие модели ребенка, структуру и характер его межличностных коммуникаций.

Новизна: рабочая программа по хореографии предполагает обучение танцевальному искусству; вызывает потребность выразить свои эмоции, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку, оказывая положительное воздействие на здоровье ребенка. Программа дает возможность раскрыть методику ознакомления дошкольников с историей возникновения и развития казахского народного танца, введет в большой и

удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит некоторыми жанрами, видами и стилями хореографии.

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.

Сроки реализации программы

Программа предназначена для обучения детей 5–6 лет и рассчитана на один учебный год.

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
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся: на первом году обучения – 2 раза в неделю. Длительность занятий -30 минут.

Цель программы — воспитание патриотизма через изучение казахского народного танца, формирование творческой личности дошкольников посредством танцевального искусства.

Задачи программы:

- приобщение к совместному движению с педагогом.
- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой

- воспитывать у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитывать умение работать в паре, в коллективе,
- понимать и исполнять ритмические движения, казахского народного танца
- 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.
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;

Принципы и методы обучения

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

Принципы	Примечание
Принцип наглядности	При разучивании движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом.
Принцип доступности и индивидуализации	Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Доступность здесь означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку.
Принцип постепенного повышения требований	Заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.
Принцип систематичности	Непрерывность и регулярность занятий. Иначе наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости. Ребенок должен знать, что каждое занятие обязательно. Систематические занятия дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.
Принцип сознательности и активности.	Для успешного освоения ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и

	почему именно так, а не иначе.
Принцип повторяемости	Повторение вырабатываемых двигательных навыков

Методические приемы

Метод	Примечание
Метод показа	Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. В исполнении педагога движение предстает в законченном варианте. Дети видят художественное воплощение образа, что будит воображение.
Словесный метод	Словесные объяснения должны быть краткими; точны, образны и конкретны. Детей с первых же занятий нужно познакомить со специальными терминами. Очень важна и интонация, и то с какой силой сказано слово. Словом можно очень хорошо стимулировать активность учеников.
Импровизационный метод	На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Вначале зачастую малыши зажаты, стеснительны. Путем различных упражнений, этюдов, игр нужно помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.
Метод иллюстративной наглядности	Это рассказы о танцевальной культуре прошлых лет, знакомство с книжными иллюстрациями, фотографиями, репродукциями.
Концентрический метод	Педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.
Игровой метод	Подвижная игра определяется «как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни» Многочисленные педагогические наблюдения показывают, что важнейший результат игры – это радость и эмоциональный подъем детей. Благодаря этому свойству игры, в значительной степени соревновательного характера, больше чем другие формы и средства, соответствуют воспитанию двигательных способностей у детей. Все игры можно подразделить на виды по форме и содержанию.

Виды игр

1. Музыкально-подвижные игры

Это танцы, поставленные на основе детских подвижных игр. Для хореографов определенный интерес могут представлять игры:

«Репка» – образец народного творчества, широко известный как детская игра, в которой участники стремятся вытянуть «репку» из общего ряда. Главное в этой игре – мотив «вытягивания». Танец удобно исполнять в парах, где мальчик будет периодически приседать, а девочка «вытягивать» его. Может быть, вариант традиционного кругового хоровода с солисткой «репкой» в центре и т.д.

«Курочки». В этой игре девочки садятся на корточки вокруг «петушка» – мальчика. Он, танцуя, изображает, что клюет зерна, ищет их и «петушится». Угощает зернышками курочек.

2. Игры-превращения

Игры-превращения помогают детям владеть мышцами своего тела, произвольно напрягать и расслаблять их. То же относится и к отдельным частям корпуса, ногам, рукам, в том числе и кистям рук. Музыкальное сопровождение подбирается соответственно содержанию игр.

Это могут быть такие игры, как:

1. «Деревянные и тряпичные куклы»
2. «Мельница»
3. «Паровозики»
4. «Иголка с ниткой»
5. «Веселые клоуны»
6. «Запрещенное движение»

3. Использование игрушки в детском танце

Самые приемлемые в танце игрушки – это куклы, плюшевые набивные зверушки, мячи, лошадки, детские зонтики. Они украсят танец, усилят интерес к танцу и окажут немалое влияние на создание конкретного игрового образа. Игрушка должна быть красивой, интересной, безопасной, такой, чтобы с ней можно было свободно двигаться, легко и удобно держать в руке.

4. Игры-импровизации

Импровизацию в хореографии мы можем назвать «танцем в настоящем», «сиюминутной хореографией». Необходимым элементом импровизации является воображение. Психологи рассматривают воображение как процесс манипулирования образами, в результате которого создаются новые оригинальные образы. Воображение проявляется там, где задачи содержат некоторую неопределенность, т.е. не имеют заданного решения, что и предполагает импровизацию. Но, «если ум, наделенный воображением, просто воспроизводит, то ум, наделенный еще и фантазией, творит»

Наша задача развивать не столько воображение дошкольника, сколько помочь ему проявить свою фантазию. Ребята обычно по-разному относятся к

заданиям, содержащим элементы импровизации. Это зависит от индивидуальных особенностей ребенка: одним импровизация дается легче, другим труднее. В этом случае важно, чтобы все участники танца увлеклись ощущением «сиюминутности» процесса творчества. Успех импровизации порой зависит от настроения и самочувствия каждого, поэтому лучше игры и этюды с элементами импровизации проводить не в начале занятия, когда дети еще не достаточно собраны и их воображение «не разогрето», а во второй его половине.

Примеры игр-импровизаций

«Петушок расплясался» – такие упражнения активизируют воображение ребенка, и он легко идет на импровизацию. Предварительно с детьми разучиваются отдельные элементы танца, несложные комбинации, иллюстрирующие танец Петушка. Затем ребятам предлагается потанцевать как они хотят. Но необходимо следить, чтобы дети именно танцевали.

«Замри» – дети свободно располагаются по залу. Как только зазвучит музыка, они начинают двигаться в любом направлении, движения выбирают сами в соответствии с музыкой. Неожиданно музыка прекращается, и ребята должны замереть в той позе, в которой их застала музыкальная пауза. Дается немного времени на обдумывание своей позы: почему она выбрана и что бы это значило? Со временем, чтобы поддержать интерес к игре, можно вносить новые занимательные элементы. Также на занятиях мы используем такие игры, как: «Веночек», «Гномы», «Подворье»

Основы танцевальной хореографии дошкольников

Музыкально-ритмические занятия

Ритмика – первая неотъемлемая часть хореографических дисциплин, с которой должен познакомиться ребенок, как с точки зрения обще-эстетического развития, так и с точки зрения специального обучения. Материал данной дисциплины доступен, интересен и понятен детям дошкольного возраста, развивает их в различных направлениях: физическом, художественно-эстетическом, музыкально-ритмическом и т.д. Основной задачей ритмики в детском дошкольном учреждении является развитие у наших воспитанников общей музыкальности и чувства ритма. Психологи говорят, что ребёнок мыслит телом. И не только мыслит. У него возникает чувство радости от освоения разнообразных движений под музыку, что помогает укреплению чувства самореализации: «я могу!», «у меня получается!».

С первых занятий дети должны приобрести необходимые музыкально-двигательные навыки, привыкнуть внимательно, слушать музыку во время движения, начинать или оканчивать движение вместе с музыкой. Музыка и движение являются основными средствами ритмической тренировки. Как сказал Ласло Переньи: «Ритму надо учить ритмом». Музыкальные

произведения, подбираемые для занятий ритмикой, должны быть доступны для восприятия и соответствовать возрасту детей.

Строить работу по музыкально-ритмическому обучению следует, имея в виду следующие направления:

Направление	Содержание
Темп движений	<ul style="list-style-type: none"> • устойчивость в темпе; • переключение с одного темпа на другой; • постепенное ускорение или замедление темпа.
Характер и динамика движений	<ul style="list-style-type: none"> • отражение в движении характера музыки; • отражение в движении динамических оттенков (форте, пиано, легато, стаккато).
Метр	<ul style="list-style-type: none"> • движение, отмечающее начало такта; • вступление в движение на такт позднее своего соседа; • затактовое построение; • дирижерские жесты на 2/4, 3/4, 4/4; • дирижерские жесты, совмещенные с шагами, бегом, прыжками.
Ритмический рисунок:	<ul style="list-style-type: none"> • целая нота; • половинная; • четверть; • восьмая, шестнадцатая.
Передача ритмического рисунка	<ul style="list-style-type: none"> • хлопками, шагами; • бегом и другими движениями; • соблюдением пауз; • синкопированными движениями;

Сама природа ритмических упражнений – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения – требует от детей постоянного сосредоточения внимания. Характерная черта ритмических занятий – большое количество заданий для коллективного выполнения.

С особым удовольствием дети выполняют движения и действия, связанные с творческими заданиями, с воплощением многообразных музыкальных идей. Они вызывают яркие эмоциональные импульсы, помогают совершенствованию двигательных реакций, усиливают удовольствие и радость от самого процесса урока и тем самым содействуют поддержанию интереса к освоению всевозможных музыкальных «премудростей».

Партерный тренаж и корригирующие упражнения

Партерный экзерсис на уроках ритмики играет ведущую роль в развитии физических способностей, особенно у детей 5-6 лет. Упражнения на

полу позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения способствуют исправлению многих недостатков физического развития, поэтому большей частью выполняют корректирующую функцию.

Дети, у которых ослаблена мышечная система, и дети, у которых имеются дефекты в осанке, должны заниматься так, чтобы все группы мышц были вовлечены в работу. Детям, у которых растянуты мышцы, надо их укреплять, способствовать их укорочению, а укороченные мышцы – растягивать.

Цель корректирующей гимнастики:

1. развитие и укрепление костно-мышечного аппарата;
2. профилактика заболеваний позвоночника, формирование осанки;
3. предотвращать простудные заболевания;
4. укрепить дыхательный тракт;
5. воспитывать бережное отношение к своему телу;
6. тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки, дать заряд бодрости.

Особенно много внимания надо уделять расширению грудной клетки. В положении стоя ребенок должен полностью выпрямиться. Не допускать наклона плеч вперед, когда грудная клетка уплощается. Ребенку в положении стоя надо оттянуть плечи назад и несколько книзу. Это способствует поднятию ребер и расширению грудной клетки.

При проведении корректирующих упражнений надо учитывать:

- 1) причины дефектов осанки ребенка. Зная первопричину, не так и трудно найти хорошее «лекарство»;
- 2) обязательно надо знать вид и степень искривления позвоночника, чтобы подобрать именно те упражнения, которые могут помочь укрепить нужные мышцы;
- 3) возраст ребенка и его физическую подготовленность. Для младших и старших дошкольников количество повторов отличается, да и выносливость у малышей намного меньше.

Основные правила исполнения:

1. Вспомогательные корректирующие упражнения выполняются лежа на спине, животе, сидя, стоя на коленях
2. Занятия должны быть регулярными.
3. Перед началом нужно «разогреться».
4. Упражнения делаются плавно, без рывков, в медленном темпе.
5. Дети располагаются на полу на расстоянии вытянутых в стороны рук.
6. Упражнения повторяются вначале 2-4 раза, затем 8-16 раз.
7. Упражнения на нагрузку должны чередоваться с упражнениями на расслабление в положении лежа. Если заниматься лишь растягиванием мышц, то обычно их сила снижается. И тогда оказывается невозможным

использовать приобретенную подвижность суставов. Поэтому, развивая гибкость, эластичность связок, полезно сочетать упражнения на растягивание с силовыми упражнениями на сопротивление и прыжки.

8. Упражнения на нагрузку выполнять в форме игры.

Движения не будут казаться тяжелыми, если играть с ребенком в образы – полетели как птички, крадемся как кошечка, прыгаем как зайчики и т.д. Если ребенок косолапит – показать, как ходит пингвиненок: носочки врозь; если ребенок тяжело наступает на стопу, то просить показать, как двигается пушинка, изобразить облачко, ходить на носочках. Если ребенок сутулится, чаще гладить его по спинке, напоминая, какая она ровная. Просите показывать свой рост: ребенок поднимает голову и вытягивает шею, что способствует формированию правильной осанки.

Элементы классического экзерсиса

Одним из способов развития физических способностей у детей можно назвать ритмический комплекс, основанный на элементах классического экзерсиса. И это закономерно, поскольку классический танец и его школа являются единственной всеобъемлющей системой профессионального воспитания человеческого тела. Классический экзерсис является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные экзерсисы. Этот комплекс наиболее гармонично формирует тело, исправляет физические недостатки, формирует правильную осанку.

Основная силовая нагрузка в классическом танце падает на мышцы ног. Именно к пяти годам у ребенка значительно увеличивается масса мускулатуры, в особенности нижних конечностей, повышается сила и работоспособность этих мышц. А это значит, что детям такого возраста уже доступны и посильны некоторые движения из системы классического танца. В результате занятий ребенок приобретает устойчивость, подтянутость, физическую силу.

Основная задача обучения дошкольников по этому разделу – постановка рук, корпуса, ног и головы на простейших упражнениях классического экзерсиса. Учитывая возрастные особенности, программа охватывает лишь необходимый, посильный детям комплекс. Так, от детей не следует требовать полной выворотности ног, если только она не является природной особенностью ребенка.

Мы придерживаемся следующей последовательности при обучении движений:

- позиции рук (I, III, II)
- позиции ног (I, II, III, V);
- приседания – *demiplié* (демиплие);
- упражнения для рук и туловища – комбинированные переводы из позиции в позицию без нумерации *portdebras* (пор де бра);
- выставление ноги вперед, в сторону, назад – по принципу *battementtendu* (батман тандю);

- поднимание на полупальцы – releve (релеве);
- прыжки, подскоки.

Разучивание позиций рук классического танца довольно монотонное занятие для дошкольников, поэтому всегда предлагаются игровые ассоциации: «взять воздушный шар, округлив руки, и поднять его вперед – в первую позицию, потом вверх – в третью, потом отпустить и развести руки во вторую». Все упражнения рекомендуется выполнять 4-6 раз в зависимости от освоения их дошкольниками.

Выбор упражнений, время прохождения этапов разучивания и закрепления может варьироваться в зависимости от объективных и субъективных факторов. На занятиях дети учатся чувствовать свое тело, осваивают основные термины. Важно добиваться, чтобы ребенок сам мог контролировать положение тела при выполнении различных движений, комбинаций, танцевальных этюдов.

Учитывая, что классический экзерсис сложен из-за большой статической нагрузки, и чтобы занятие не превратилось в каторгу, без игровых форм не обойтись. Различные путешествия, игры-импровизации, драматизации, превращения позволяют легко включить детей в «танцевальное пространство», раскрыть их индивидуальность, и делают занятие увлекательным и ненавязчивым.

На занятиях классическим танцем продолжается музыкальное развитие дошкольника. Классическому танцу – классическую музыку. Это правило должно быть обязательным: нужно воспитывать детей на классической музыке, научить их чувствовать ее, следовать ей.

Элементы народного танца

Включение в занятие элементов народного танца, а главное казахского народа, позволяет разнообразить сам процесс обучения путем нахождения новых форм развития двигательной-творческой инициативы детей.

Посредством народной хореографии дети знакомятся с музыкальными и танцевальными традициями, тем самым у них формируются интерес и уважение к отдельному этносу; закладываются основы патриотизма, воспитывается любовь к родному краю, что способствует росту взаимопонимания и взаимоуважения в международных отношениях. Народный танец является частью этнокультурного образования дошкольников, что очень актуально в многонациональном обществе.

На занятиях мы изучаем элементы казахского народного танца: простой шаг, «припадание», выносы ноги на пятку, повороты. Различные положения и движения рук.

- «**Айналма**» - повороты кистей
- «**Қызғалдақ**»- тюльпан
- «**Күсқанатты**»- крылья птиц
- «**Ұялу**» - стеснение

- «Сэндену» - прихорашивание.

Также мы изучаем элементы русских, немецких, украинских, белорусских танцев. В детском саду проводится много мероприятий, связанных с традициями и обычаями разных народов (Наурыз, День единства народа Казахстана, День Первого Президента, День благодарности и т.д.), поэтому данный раздел в обучении обязателен и востребован.

Мы выбираем движения, схожие по своему техническому исполнению (например, «ковырялочка»), и отмечаем отличительные особенности у разных народов. «Ковырялочка» казахского джигита не похожа на легкую украинскую «ковырялочку», одно и то же «припадание» звучит по-разному, если добавляются движения руками, характерные для разных народов.

На таких занятиях наиболее эффективны танцы-игры, танцы-рассказы или сказки, для которых характерно яркое и образное выполнение детьми движений. Учитывается развивающий характер учебного материала, колорит народности при передаче образного движения посредством фольклорного материала. Как правило, к занятиям, основанным на народных плясках и танцах, подбирается и соответствующий музыкальный материал: народные песни и народные мелодии.

Элементы бального танца

Основная цель занятий бального танца с дошкольниками – укрепление здоровья учащихся, их творческое развитие и социализация, приобретение навыков межличностного общения, гендерное воспитание.

Бальный танец развивает чувство ритма, координацию движений и умение двигаться под музыку, улучшается память, внимание и внутренняя организация. Танец становится средством достижения веселья, самореализации в группе сверстников.

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому можно идти по пути параллельного освоения фигур, т.е. не ждать, пока будет освоена полностью одна фигура, а работать сразу над несколькими элементами одинаковой сложности. В результате такой работы у детей расширяется двигательный кругозор, и освоение танца, в целом, происходит быстрее.

Самой сложной задачей на таких занятиях является задача научить двигаться в паре. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мира ощущения из «я» в «мы», т.к. только ощущая себя «вместе», можно справиться с техническими сложностями парной фигуры.

Изучение танцевального репертуара рекомендуется начать с детских бальных танцев, т.к. доступность движений и простота композиций позволяют освоить их довольно быстро:

- «Ку-ка-ре-ку» (шаг вперед с каблука, притопы, хлопки, прыжки на одной ноге).

- «Хлопушки» (в основе танца подскоки по кругу, хлопки в ладоши, притопы)
- «Прогулка» (простые шаги с вынесением ноги на каблук, шаги в повороте, переход (противоход) для смены пары).
- «Смени пару» (тройной притоп, выведение ног с носка на каблук, галоп, шаг с ударом ступней об пол, хлопки в ладоши).
- «Веселая пара» (подскоки, галоп, повороты-кружения на месте).
- «Полька тройками» (па польки, подскоки, галоп, положение в тройках, притопы) и другие.

Успешное выполнение всех рекомендаций должно на занятии сочетаться с атмосферой радости и интереса, что побуждает детей к творчеству. В целях создания положительной мотивации и результативности, здесь также используются игровые моменты, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Структура занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие начинается и заканчивается поклоном.

Первую часть занятия составляют упражнения и движения динамического характера, которые воздействуют на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Сюда входят танцевальные движения, танцевальные композиции, творческие задания, 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 занятиях должна быть доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

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

Виды и типы занятий

Занятия проводятся с применением различных структур:

Традиционное занятие делится на обучающее, закрепляющее и итоговое.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном

темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

Тематическое занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое подскакивание и др.

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием казахских, русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развитие художественно-творческих способностей по средством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

1. Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

2. Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

3. Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: развитие у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий: «Волшебная домбра» «Танцевальный аул»

«В гостях у Домисольки», «Путешествие в Танцевальное царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Мальвине» и др.

**Модель успешного воспитанника
(как ожидаемый результат)**

*Танцевать
индивидуально и в
коллективе*

*Соблюдать ритм, темп
и музыкальные фразы в
движение*



*Умеет правильно
выполнять упражнения
партерной гимнастики*

*Проявляет творческое
самовыражение*

*Активная эмоциональная
отзывчивость*

*Владеет элементарными
танцевальными движениями казахского
народного танца*

Перспективно-тематический план по хореографии для детей 5-6 лет

Месяц	Тема	Цель	Содержание занятия	Кол-во часов
Сентябрь	«Мы дружим с музыкой»	Воспитание интереса к слушанию музыки. Обучение умениям воспринимать и оценивать музыку. Воспроизводить хлопки и притопыванием простой ритмический рисунка (быстро и медленно). Формирование культуры эмоций, обогащать музыкально-ритмическую деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения, развивать объем внимания и фантазии.	Знакомство с залом, рассказ о правилах поведения на занятиях, начальная диагностика на элементарных заданиях. Культура поведения на занятиях хореографии: - познакомить детей с правилами и манерой поведения; - с формой одежды и прической; - с отношениями между мальчиками и девочкам Освоить прыжки на двух ногах в продвижении по кругу, шаги на внешних сводах ног(медведя) и крадущийся(лисы), пружинки, мелкий бег по кругу. Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.	2
	«Любимый танец»	Воспитание любви и интереса к танцевальному искусству. Развитие навыков восприятия классической музыки, умение понимать музыкальный образ. Формирование функционально адаптационных возможностей детей и улучшать их	Ходьба: на носочках, на пятках, руки согнуты в локтях. Боковой галоп правым и левым боком. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Упражнения: «Качалочка», «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка» для развития гибкости позвоночника. «Оловянный солдатик» упражнения для развития мышц спины, живота, ног.	2

		<p>работоспособность.</p>	<p>«Цаплята»упражнение направленное на развитие координации. Танцевальные элементы: пружинка, пружинка с поворотом, пружинка с наклоном. Дыхательные упражнения. Танец «Грибочки» Танцевальный этюд «Птицы улетают»</p>	
Октябрь	<p>«Осенний листопад»</p>	<p>Воспитание эмоционально-положительного отношения к местам, где он родился и живет. Развитие умений видеть и понимать красоту окружающей жизни. Формирование умений ритмично двигаться в соответствии с характером и динамикой музыки.</p>	<p>Знакомство с историей казахского танца. Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. М/р 2/4, удары в пол всей ступней по 1/4 и 1/8 каждого Прыжки: на двух ногах, муз.р – 2/4, темп умеренный, повторяемость от 4-х до 8-ми раз (прыгают зайчики, мячики). Упражнения для плеч: поднимаем и опускаем плечи (м/р – 2/4). Характер исполнения спокойный, мягкий или веселый, резвый. Упражнения с предметами и игрушками: мяч катим по полу, подбрасываем передаем друг другу. Ориентация в пространстве - круг, линия, рассыпную, стайка. Танец: «Танец с лентами», «Вальс знакомств»</p>	2
	<p>«Танцевальный аул»</p>	<p>Воспитание интереса к танцевально-игровым действиям. Развитие умений работать в паре. Формирование чувства любви и уважение к Родине.</p>	<p>Постановка корпуса. Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере (спокойный – гуляем, четкий – маршируем, мягкий – как у кошечки). Топящий шаг Бег: мелкий, легкий (катится мяч, бегут цыплята).</p>	2

Ноябрь			<p>Ориентация в пространстве - круг, линия, враспынную, стайка.</p> <p>Танец: «Листопад»</p>	
	«Осенний танец»	<p>Воспитание трудолюбия, любви к природе. Развитие воображений ребенка. Формирование музыкально-ритмических навыков.</p>	<p>Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, красивой постановкой головы, ощущением свободы плеч.</p> <p>Упражнения для корпуса: активные наклоны в стороны, вперед могут чередоваться, исполняясь в разных ритмических рисунках и на разные длительности</p> <p>Выглядывание из-за партнера вправо и влево.</p> <p>Ходьба: простой танцевальный шаг (с вытянутым носком стопы) в спокойном темпе, равномерном ритме (идем по мягкой траве).</p> <p>Музыкальные игры.</p>	2
	«Мишка косолапый любит танцевать»	<p>Воспитание эмоциональной отзывчивости. Развитие умения чувства ритма. Формирование умений владеть мышцами своего тела, правильно напрягать и расслаблять их.</p>	<p>Постановка корпуса.</p> <p>Ходьба: шаги на полупальцах и пятках: исполнять при хорошо подтянутом корпусе, хороводный шаг держась за руки.</p> <p>Прыжки: легкие, равномерные, высокие - по 1/4 такта, низкие - по 1/8 такта</p> <p>Перескоки с ноги на ногу</p> <p>Танцевальные элементы:</p> <p>-приставной шаг (шаг - приставить) - в сторону или вперед; руки в статичном положении: у мальчиков на поясе, а у девочек - за юбочку или на поясе.</p> <p>Ориентация в пространстве: «спиралька»</p> <p>Танцевальный этюд «Клубочек»</p>	2

			Танец «Полька»	
Декабрь	«Осенний танец»	Воспитание любви к музыке, окружающей природе. Развитие творческой инициативы. Формирование понятие рисунок в танце.	Постановка корпуса. Позиции рук(1.3,2) Ходьба: шаг вперед с каблука, Танцевальные элементы: полуприседания, повороты, кружения. Упражнения с игрушками и предметами: «Куклы» покачивание, передача друг другу. Танец «Капельки» Танцевальная зарисовка «Снежинки»	2
	«Первый снег»	Воспитание коммуникативных чувств, уважительного отношения к музыкальной культуре разных народов. Развитие понимания закономерности движений, свободное и слитное выполнение упражнений.	Постановка корпуса. Позиции и рук, ног. Прыжки: проскоки, подскоки, тройные прыжочки, бег с вытянутыми носочками Танцевальные элементы: элементы бального танца «Хлопушки» Работа в паре: положение рук в паре, положение ног в паре, вращение в паре «волчок» Игры на импровизацию.	2
Январь	«Кружатся снежинки»	Воспитание бережного отношения к природе. Развитие умений передавать музыкальный ритм в движении (удары в бубен и в ладоши). Обучение ритмично-танцевальным движениям с предметом	Постановка корпуса. Позиции рук, ног. Ходьба (бег): галоп прямой и боковой. Танцевальные элементы: «топотушки» «ковырялочка», «ёлочка» Танцевальная игра. Танец «Снеговики» Танец «Полька»	2
	«Добрая сказка»	Воспитание интереса к сказкам казахского народа. Развитие умений определять	Постановка корпуса. Поклон, позиции рук и ног. Ходьба: высокий шаг, шаг с притоп, переменный шаг.	2

		динамический окрас музыки(громко-тихо). Формирование навыков двигаться в такт с музыкой, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.	Упражнения: «Корзиночка»на развитие гибкости спины, ног. Танцевальные элементы: пружинка с наклоном, пружинка с поворотом.	
Февраль	«Играя танцем»	Воспитание дружелюбного отношения к партнеру по танцу. Развитие внимания, координации движений, зрительно-слуховой памяти. Формирование умений правильно тренировать суставно-связочный аппарат.	Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Ходьба: переменный шаг, шаг с припаданием. Танцевальные элементы: demiplie (деми плие), portdebras (пор де бра),«гармошка» Упражнения с игрушками и предметами: «паучок» с мячом Танцевальная зарисовка «Гномики» Русско-народная пляска	2
	«Азбука танца»	Воспитание патриотизма посредством изучения элементарных движений казахского народного танца. Развитие умений ориентироваться в пространстве. Формирование умений двигаться в такт с музыкой.	Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Ходьба (бег): легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки») Танцевальные элементы бального танца: «Прогулка» в парах. Упражнения с игрушками и предметами: Игры превращения: «Мельница», «Паравозик»	2
Март	«Танец мы рисуем»	Воспитание духовно-нравственных ценностей. Развитие воображения, фантазии,	Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Ходьба: поочередно выставлять ноги на пятку,	2

	<p>умения самостоятельно находить оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству. Формирование навыков основных танцевальных движений казахского народа.</p>	<p>поочередное выставление ноги на носок, - пружинки, притопывание одной ногой, - притопывание двумя ногами Танцевальные элементы: «Қызғалдақ»- тюльпан Упражнения: «Коробочка» ,«Кораблик» Игра на импровизацию«Веночек» Танец «Дастархан»</p>	
--	---	---	--

	<p>«Наурыз–весенний праздник»</p>	<p>Воспитание дружелюбного отношения к животным. Развитие творческой самостоятельности в создании художественного образа. Формирование умений через движения передавать эмоциональный настрой произведения.</p>	<p>Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Ходьба: бег, боковой галоп в хороводе держась за руки. - движение с выставлением ноги на носок; - движение «ключик» - «ковырялочка» вперед и назад Ориентация в пространстве: «звездочки», «плетень» Танцевальные элементы: - battement tendu во всех направлениях (I-я позиция); - releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции); Элементы казахского танца: «Қызғалдақ»- тюльпан Упражнения на полу: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед». «Паучок», «Мостик» Игра на импровизацию «Веночек» Танец «Дастархан» Танцевальная зарисовка «Мамины помощники» с предметами.</p>	<p>2</p>
--	--	---	--	----------

Апрель	«Журчат ручки»	<p>Воспитание умений выступать перед публикой. Подготовка к концертной деятельности. Развитие умений держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы. Формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.</p>	<p>Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. М/р 2/4, удары в пол всей ступней по 1/4 и 1/8 каждого Танцевальные элементы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cote (легкие прыжки); • перегиб корпуса вперед и в сторону. • позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; <p>Упражнения для ног: подъемы нба полупальцы, Упражнения с предметами и игрушками: мяч катим по полу, подбрасываем передаем друг другу. Ориентация в пространстве – «жорзиночка» «змейка», Народный танец: «Күсканатты»- крылья птиц Казахский танец «Джигиты» Танцевальная зарисовка «Солнечный денек» Танец «Цветочницы» с элементами немецкого народного танца.</p>	2
	«Солнечные лучики»	<p>Воспитание умений эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях. Развитие навыков танцевать в паре. Побуждение импровизаций под музыку, использую элементы классического танца.</p>	<p>Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. М/р 2/4, удары в пол всей ступней по 1/4 и 1/8 каждого Прыжки: на двух ногах, муз.р – 2/4, темп умеренный, повторяемость от 4-х до 8-ми раз (прыгают зайчики, мячики). Упражнения для ног: подъемы нба полупальцы,</p>	2

			<p>Упражнения с предметами и игрушками: мяч катим по полу, подбрасываем передаем друг другу.</p> <p>Ориентация в пространстве –«»корзиночка» «змейка»,</p> <p>Танцевальные элементы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cote (легкие прыжки); • перегиб корпуса вперед и в сторону. • позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; • перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма); <p>повороты головы на 1/2; 1/4</p> <p>Народный танец: «Күсканатты»- крылья птиц Казахский танец «Джигиты» Танцевальная зарисовка «Прыгаем по лужам» Танец «Цветочницы» с элементами немецкого народного танца.</p>	
Май	«Майский жук»	<p>Воспитание умений выступать перед публикой. Подготовка к концертной деятельности. Развитие навыков детей двигаться в соответствии с музыкой. Формирование памяти, актерского мастерства.</p>	<p>Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног.</p> <p>Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. М/р 2/4, удары в пол всей ступней по 1/4 и 1/8 каждого</p> <p>Прыжки: на двух ногах, муз.р – 2/4, темп умеренный, повторяемость от 4-х до 8-ми раз (прыгают зайчики, мячики).</p> <p>Упражнения для ног: подъемы нба полупальцы,</p> <p>Упражнения с предметами и игрушками: мяч катим по полу, подбрасываем передаем друг другу.</p> <p>Ориентация в пространстве –«корзиночка»</p>	2

		<p>«змейка», Народный танец: «Күсқанатты»- крылья птиц Казахский танец «Джигиты» Танцевальная зарисовка «Майский жук» Танец «Цветочницы» с элементами немецкого народного танца.</p>		
	<p>«Играй, моя домбра»</p>	<p>Воспитание интереса к сказкам казахского народа. Развитие умений определять динамический окрас музыки(громко-тихо). Формирование навыков двигаться в такт с музыкой, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.</p>	<p>Поклон. Постановка корпуса. Позиции рук и ног. Притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой.М/р 2/4, удары в пол всей ступней по 1/4 и 1/8 каждого Прыжки: на двух ногах, муз.р – 2/4, темп умеренный, повторяемость от 4-х до 8-ми раз (прыгают зайчики, мячики). Упражнения для спины: «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка». Ориентация в пространстве –«корзиночка» «змейка», Танцевальные элементы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cote (легкие прыжки); • перегиб корпуса вперед и в сторону. • позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; <p>Танцевальная зарисовка «Летний день» с флажками.</p>	2
Итого			72	

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Содержание занятий

1. **Постановка корпуса** это работа над подтянутостью спины, красивой постановкой головы, ощущением свободы плеч.
2. **Позиции рук**

Подготовительное положение



- ❖ Постановка рук начинается с подготовительного положения.
- ❖ Руки опущены вниз перед корпусом, не соприкасаясь с ним. Локти направлены в стороны, немного согнуты, образуют овал. Кисти рук закруглены и почти соприкасаются (расстояние между ними равно примерно двум пальцам). Ладони направлены вверх.
- ❖ Плечи опущены вниз, нельзя их выдвигать, отводить назад или поднимать вверх.

Первая позиция



- ❖ Первая позиция даёт направление рукам.
- ❖ Руки подняты перед корпусом на уровне диафрагмы, чуть согнуты в локтях, образуя овал. Ладони обращены к себе. Локти и пальцы на одном уровне. Плечи опущены, кисти рук приближены друг к другу, но не соприкасаются.
- ❖ Принятая высота уровня рук даёт возможность не закрывать область груди, руки могут поддерживать корпус за счёт напряжения мышц верхней части руки (от плеча до локтя).

Вторая позиция



- ❖ Руки раскрыты в стороны на высоте плеч. Плечи, локти и кисти находятся на одном уровне. Локти обращены назад, линия рук дугообразная, ладони повёрнуты к зрителю. Положение пальцев такое же, что в подготовительном положении и I позиции.
- ❖ Следует хорошо поддерживать локоть напряжением мускулов верхней части руки.
- ❖ Следить за тем, чтобы руки не уходили назад, а находились немного впереди плеч.

Третья позиция



- ❖ Руки подняты вверх с округлыми локтями, кисти (ладонями вниз) сближены, как в подготовительном положении и в I позиции, но не соприкасаются и должны быть видимы глазами без поднимания головы.
- ❖ Недопустимо, чтобы руки находились над головой или заходили за голову.
- ❖ Следить за тем, чтобы локти не шли вперёд, а кисти рук не опускались.

ШЕСТАЯ ПОЗИЦИЯ



Стопы стоят параллельно друг друга (пятки и носки сомкнуты).

Шестая позиция является характерной позицией, то есть ее в основном используют в характерных танцах, а во время классического экзерсиса используют в прыжках.

ПЕРВАЯ ПОЗИЦИЯ



Ступни ног, соприкасаясь пятками, развёрнуты носками наружу, образуя прямую линию на полу с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе.

ВТОРАЯ ПОЗИЦИЯ



Сохраняется прямая линия первой позиции, но пятки выворотных ног стоят одна от другой примерно на одну длину стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами.

ТРЕТЬЯ ПОЗИЦИЯ



В том же выворотном положении ног ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга наполовину (выполняется с обеих ног).

ЧЕТВЕРТАЯ ПОЗИЦИЯ



Сохраняется выворотность пятой позиции, но ноги не соприкасаются: одна находится параллельно другой на расстоянии стопы (выполняется с обеих ног).

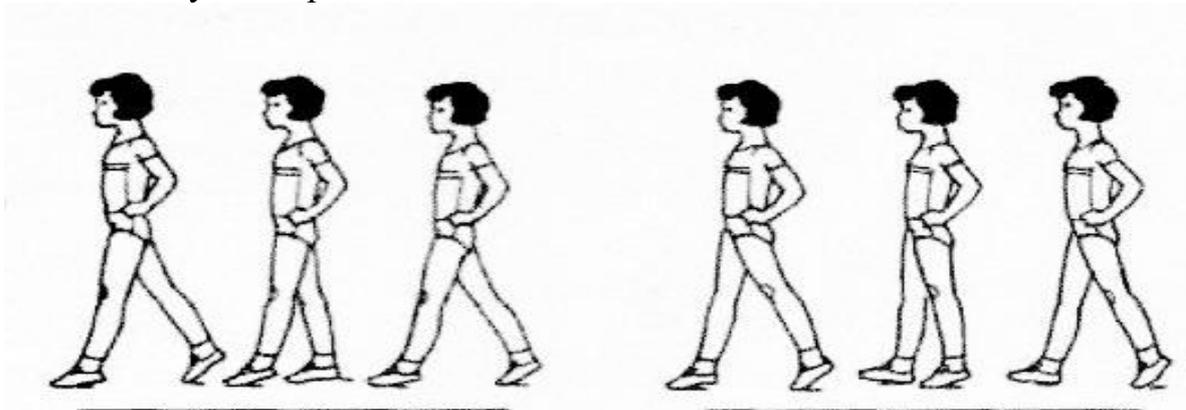
ПЯТАЯ ПОЗИЦИЯ



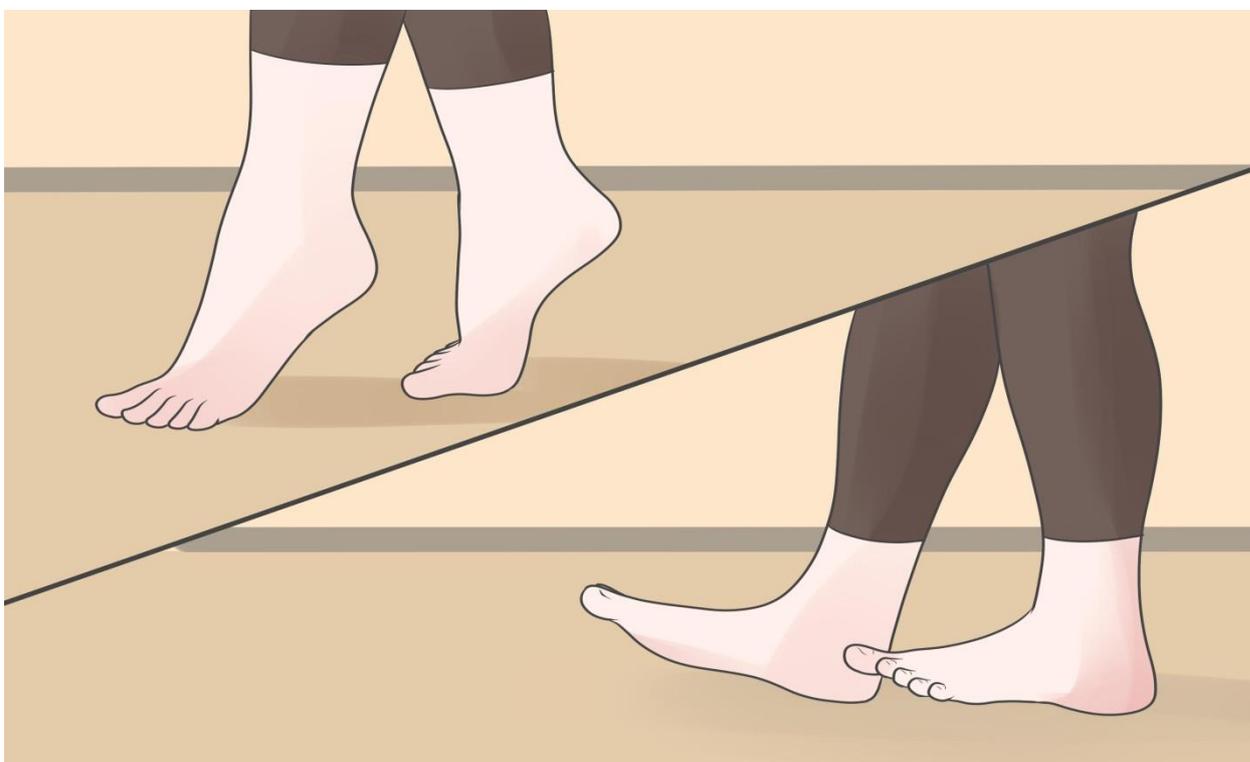
Ступни, плотно прилегая, совершенно закрывают друг друга: пятка одной ноги соприкасается с носком другой (выполняется с обеих ног).

Шаг. Простой танцевальный шаг с вытянутым носком стопы выполняется в спокойном темпе, в равномерном ритме (идем по мягкой травке)

Наряду с танцевальным шагом также исполняется шаг со свободной стопой, который еще называется бытовой. Бытовой шаг исполняем в разном темпе, характере. В ходьбу включаются различные движения рук: размахивание вперед-назад, подъем вверх, в стороны, так же используются хлопки. Разучивается шаг с подъемом колена на 90 градусов (шаг лошадки)- темп умеренный. Возможны различные положения рук: на поясе, за спиной, перед собой как будто держим поводья.

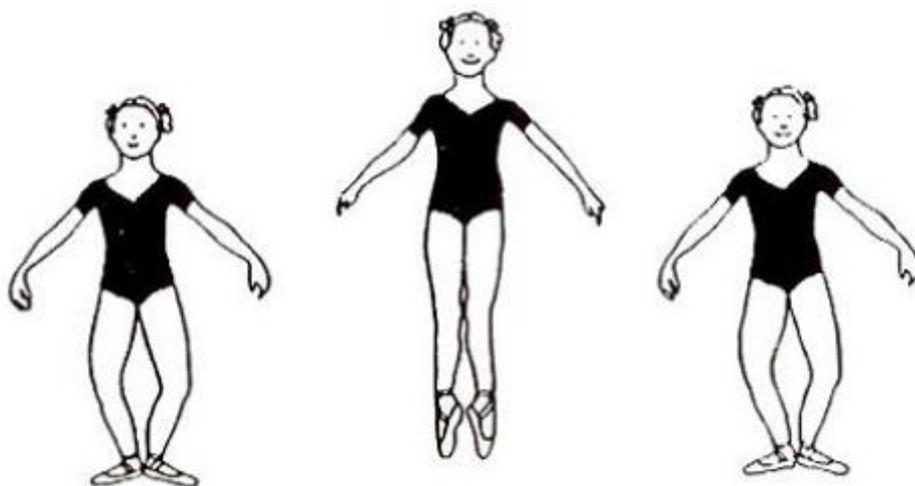


Шаги на полупальцах и пятках: исполняются при хорошо подтянутом корпусе, руки помогают сохранять равновесие при выполнении шагов и на полупальцах и на пятках (в стороны, вверх, за спиной). Данный вид шагов можно чередовать с другими видами ходьбы в различных ритмических рисунках. Например: шаги на полупальцах- капельки, на пятках- молоточки.



Прыжки.

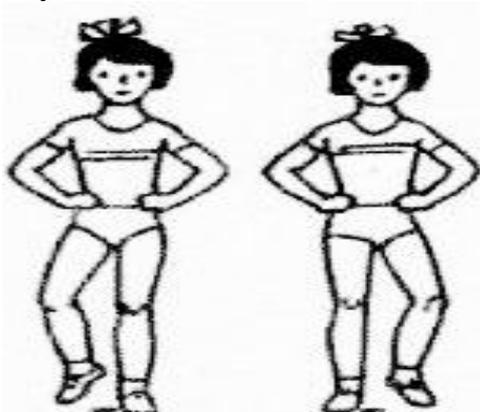
Прыжки на двух ногах должны быть легкие, равномерные, высокие. Высокие по $1/4$ такта, низкие по $1/8$ такта. Возможны сочетания разных по длительности прыжков, а так же чередование их между собой.



К прыжкам также относятся перескоки с ноги на ногу, ребенок должен делать это легко и без усилий. При этом нужно добиваться вытянутости носка. При выполнении ноги могут откидываться от колена назад или слегка поднимать вперед. Можно сочетать перескоки с ноги на ногу с шагами на полупальцах (осторожно обходим лужицу).

Притопы.

Это удары стопы в пол равномерно и по три. Различные сочетания ног в пол одной ногой несколько раз подряд, поочередные удары равномерно и с паузой.



Притоп

Упражнения для головы. Как правило это наклоны головы вперед (вниз), в стороны (ушком) и по точкам с одной стороны на другую (птичка здоровается клювиком); полукруговые движения (голова повернута вправо,

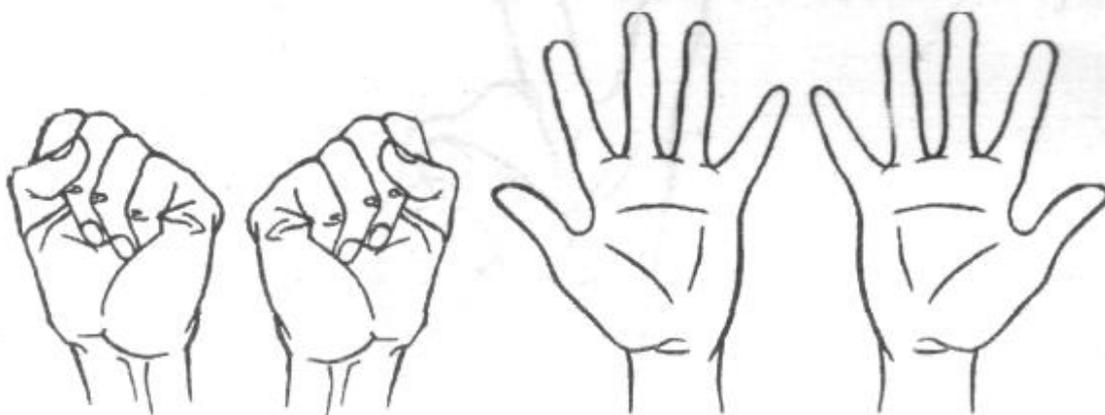
затем опускается вниз, а потом поднимается в сторону влево, аналогично полукруг можно провести через верх).

Упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускание их вниз (одновременно два плеча или поочередное правое - левое); круговые движения плечами вперед или назад - руки могут быть опущены вдоль корпуса, поставлены на пояс или в положении «крылышки утят» (руки согнуты в локтях, локти направлены вниз и вместе с круговыми движениям плеч тоже очерчивают круг, кисти рук на плечах).

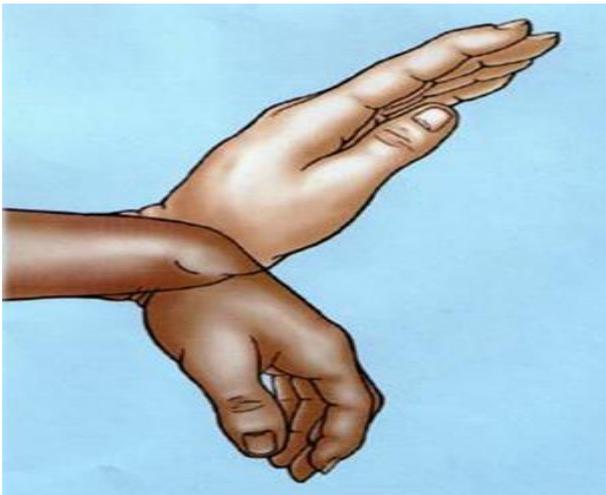
Упражнения для корпуса: активные наклоны в стороны, вперед могут чередоваться, исполняясь в разных ритмических рисунках и на разные длительности. Например: наклоны корпуса вперед (вниз) на $2/4$, а выпрямление на $1/4$, затем пауза на $1/4$ или наклоны корпуса по $1/8$ такта из стороны в сторону.

Упражнения для рук, кистей, пальцев: руки - к ранее проученным добавляются круговые движения - вперед - назад, «к себе» - «от себя». Предварительно можно выучить круговые движения от локтя (пальцы могут быть вытянуты или собраны в кулак). Движения рук исполняются энергично, четко (мельница, стрелки часов). Продолжается работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх (крылья бабочки, цветок закрывается и раскрывается).

Пальцы рук - активное собирание кулачка, а затем вытягивание пальцев, соединив их вместе или растопырив (кошка выпускает коготки). Можно поиграть с большим пальчиком: то спрятать его, то выпустить из домика. Хорошо развивает подвижность пальцев движение - «считаем пальчики» - поочередно загибаем или разгибаем пальцы.

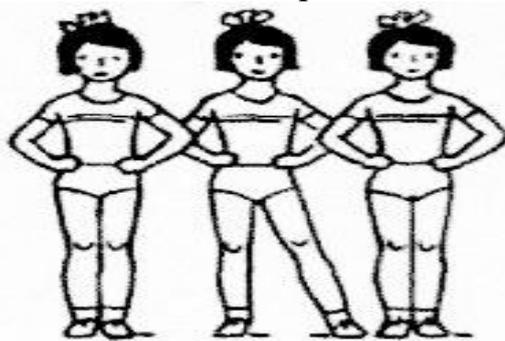


Кисти - опускание или подъем кистей (грустно и весело), «трепещим» кистями (крылышками маленькой птички колибри).

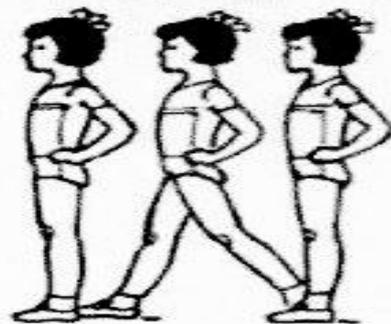


Танцевальные элементы.

1. **Приставной шаг** (шаг - приставить) - в сторону или вперед; руки в статичном положении: у мальчиков на поясе, а у девочек - за юбочку или на поясе. Следить за подтянутостью корпуса, красивой посадкой головы. Голова прямо или в повороте в сторону продвижения.



*Приставной шаг
в сторону*



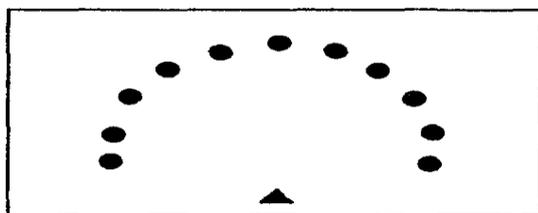
*Приставной шаг
вперед*

2. **Полуприседания** (небольшие сгибания ног в коленях и последующее их вытягивание) - «пружинки» - исполняются мягко и резко, но равномерно. Хорошо окрасить динамическими оттенками. Например: сгибаем колени - музыка звучит тихо, вытягиваем колени - громко.
 3. **Повороты** - кружимся вокруг себя на полу пальцах - голова повернута в сторону вращения, ноги переступают равномерно.
 4. **Вынос ноги на каблук** с одновременным полуприседанием - знакомим детей с понятием «опорная нога»: правая нога ставится вперед на каблук (на пятку), одновременно левая нога (опорная) сгибается в колене - следить за прямым, подтянутым корпусом.
- **Поклон** - у мальчиков и девочек разный. Мальчики делают движение только головой: вниз-прямо; девочки с наклоном головы делают маленькое приседание, а с вытягиванием колен поднимают голову

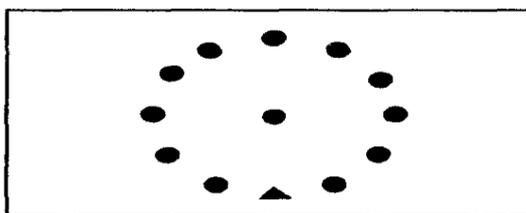
прямо. У девочек руки на поясе и за юбку. У мальчиков - на поясе или вдоль корпуса.

Ориентация в пространстве

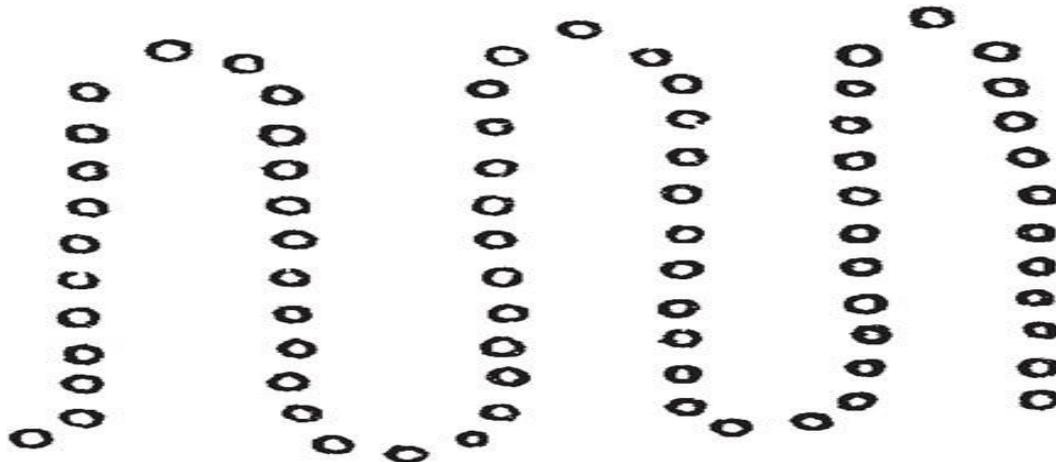
Полукруг



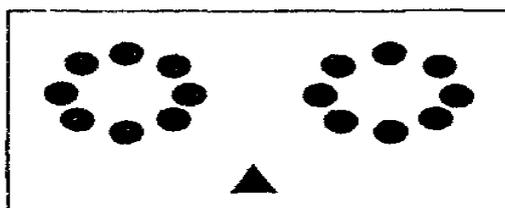
Круг



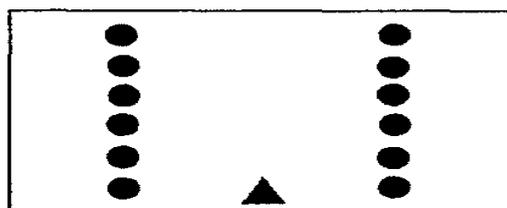
Змейка



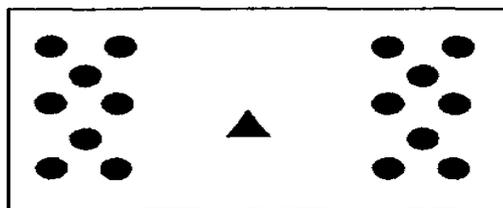
При делении на две группы



Вариант 1б

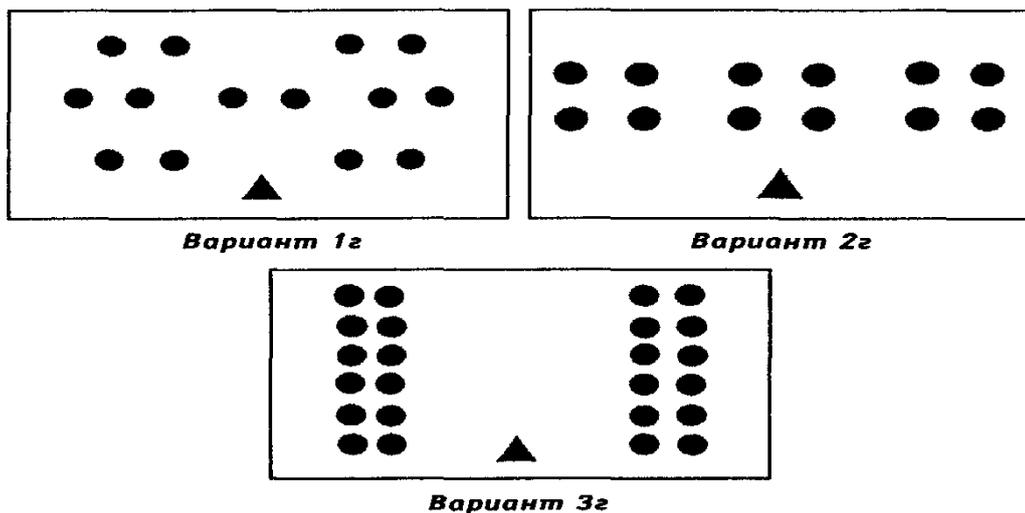


Вариант 2б

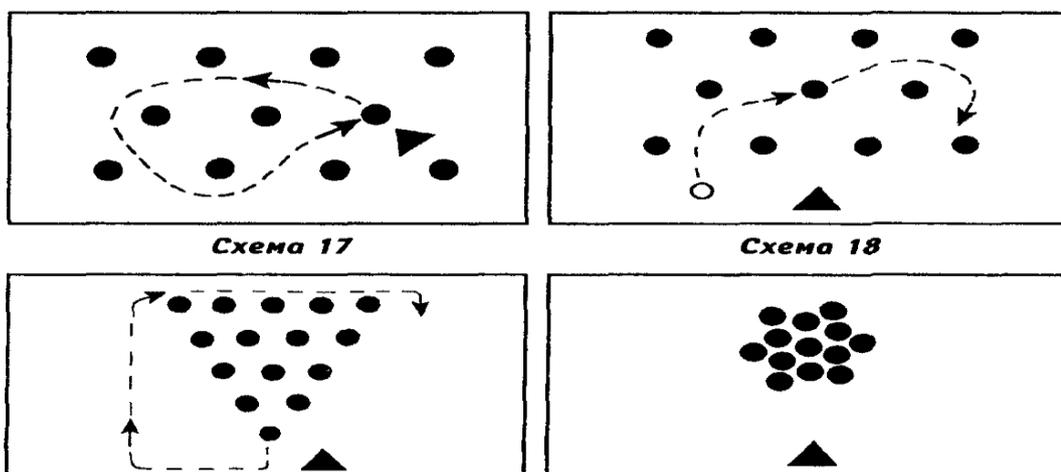


Вариант 3б

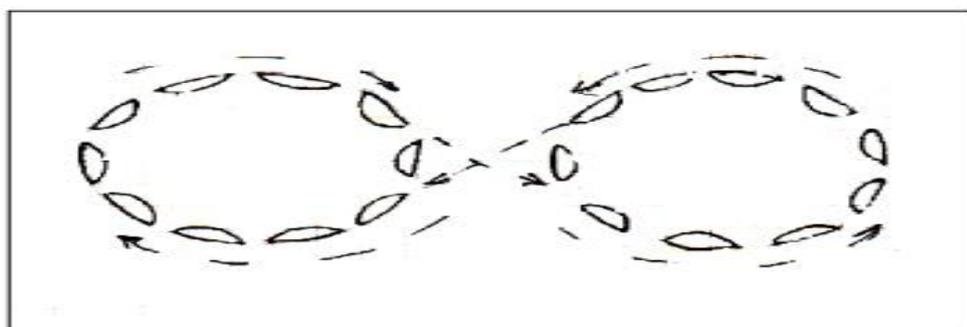
При делении на пары



Шахматный порядок, «клин», «Стайка»



Два круга



Партерный экзерсис

Упражнения на полу: движения исполняются по принципу контраста - напряжение-расслабление (ноги, руки, корпус). Исполняются образные движения: кошка выгибает спину (сердится), «неваляшка покачивается», «катаемся на велосипеде» (круговые движения ног, сгибая колени и лежа на

спине). Упражнения для стоп, колен, корпуса деляются, сидя на полу; для рук, ног, корпуса - лежа на полу.

Упражнения с игрушками и предметами:

-мяч - развитие ранее полученных навыков игры с мячом, сочетание их с простейшими танцевальными элементами. Например: полуприседание с одновременным сгибанием рук в локтях и подведением мяча к груди, последующее выпрямление коленей с одновременным вытягиванием вперед рук, держащих мяч, вперед; прыжки с одновременным подниманием мяча вверх и последующим его опусканием и т.д.

-куклы - покачивание, передача друг другу. Куклу можно посадить на стульчик или на пол и станцевать для нее.

-платочек - переключивание платочка из руки в руку, вращение платочка над головой (держим платок одной рукой). Ранее полученные навыки и вновь приобретенные сочетаются в небольшие комбинации, стоя на месте или продвигаясь простыми шагами с носка или на полупальцах.

-погремушки - удары или встряхивания по 1/4 такта или по 1/8 равномерно или по три с последующей паузой. Например: поочередные удары погремушкой по правому и левому плечу, по правому и левому колену, затем тройные удары погремушкой по ладони левой руки

Этюды: сочиняются на основе приобретенных навыков в статичном положении или движении. Этюды контрастны по характеру, настроению. Этюды массовые и парные на 16-32 такта 2/4, 3/4.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Музыкально-ритмические игры для дошкольников

«Деревянные и тряпичные куклы»

При изображении действий и жестов деревянных кукол напрягаются мышцы ног, корпуса, рук. Движения резкие, при поворотах вправо и влево сохраняются неподвижными шея, руки, плечи. «Кукла» двигает ногами, не сгибая коленей. (Музыка энергичная)

Подражая тряпичным куклам, необходимо снять излишнее напряжение в плечах и корпусе; руки «свисают» пассивно. Тело поворачивается то вправо, то влево, руки при этом обвиваются вокруг корпуса, голова покачивается, ноги тоже поворачиваются, хотя ступни и остаются на месте. (Музыка спокойная).

«Мельница» (круговые движения рук)

Дети описывают руками большие круги. Движения выполняются непрерывно, несколько раз подряд, в довольно быстром темпе (руки летают как не свои). Необходимо следить, чтобы в плечах не возникло зажимов, при которых нарушается правильное круговое движение и появляется угловатость.

«Паровозики» (круговое движение плечами)

Руки согнуты в локтях, пальцы собраны в кулак. Непрерывное неторопливое круговое движение плечами вверх – назад – вниз – вперед. Локти от корпуса не отводятся. Амплитуда движения во всех направлениях должна быть максимальной, при движении плеч назад напряжение усиливается, локти сближаются, голова отклоняется назад. Упражнение выполняется несколько раз подряд без остановки.

«Иголка с ниткой» (ориентация в пространстве)

Один ребенок – «иголка», все остальные дети – «нитка». Куда движется иголка, туда и нитка.

«Воробьи и журавушки»

Под быструю музыку дети весело прыгают, словно воробьи. При замедлении темпа переходят на мягкий шаг, а затем по сигналу руководителя поджимают ножку, придерживая ее руками (либо одной рукой) сзади и замирают, как «журавушки», стоят в той же позе – кто дольше?

«Кошка выпускает когти»

(постепенное выпрямление и сгибание пальцев рук)

Руки согнуты в локтях, кисти сжаты в кулаки и приподняты вверх. Постепенно, с усилием выпрямляются все пальцы и разводятся до предела в стороны («кошка выпускает когти»). Затем без остановки пальцы сжимаются в кулак («кошка спрятала когти»), движение повторяется несколько раз безостановочно и плавно, с большой амплитудой. Позднее следует включить движение всей руки: то, сгибая ее в локте, то выпрямляя.

«Затейники»

Ровным кругом, друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте, дружно вместе
Сделаем... вот так.

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение и все повторяют его. Два-три повтора, и выбирается новый затейник. Начало игры идет под марш. Показ движения – без музыки. Повтор движения – под соответствующую музыку.

«Запрещенное движение»

Исходное положение – дети стоят полукругом, в центре ведущий. Он показывает движения, из которых одно является запрещенным (например – рlie или подскок). Все повторяют движения, кроме запрещенного. Тот, кто ошибается, становится ведущим.

Игры на импровизацию

«Веночек»

Дети стоят в кругу и поют:

Уж ты зелен, мой веночек,
Мне куда тебя, веночек, положить?
Мне кому тебя, веночек, подарить?
Подарю-ка я веночек...

На последние слова ведущий, который все это время ходит с венком по кругу, называет имя (Танюшеньке, Зарине, Владиславу...) и надевает венок на голову названного ребенка. Тот, кому положили веночек на голову, выходит в круг и исполняет пляску, затем игра повторяется.

Пока у детей мал запас движений, можно выучить с ними несколько комбинаций. Когда же движения будут освоены – пусть ребята сами догадаются, как применять уже знакомые движения в новой для них обстановке, пусть импровизируют.

«Гномы»

Перед началом игры вспоминаем сказку «Белоснежка и семь гномов», перечисляем всех гномов по именам, даем им характеристику: Ворчун, Чихун, Соня и т.д. После педагог «превращает» всех детей, например, в гномов Ворчунов. Звучит музыка. Дети импровизируют в танце, стараясь выразить этот образ. Игру повторяют, дав для импровизации другой характер.

«Подворье»

В игре участвуют несколько групп дошкольников: курица с цыплятами, свинка с поросятами, коза с козлятами и т.д. На голове у курицы белая шапочка с красным хохолком; у свинки – розовая с маленькими ушками; у козы – серенькая с рожками и т.д.

Звучит 1-ая часть музыкального произведения – все ходят группами под музыку: курица с цыплятами, свинка с поросятами, коза с козлятами.

Звучит 2-ая часть. Поднявшийся ветер перепутывает всех. Дети бегают произвольно по залу. А «мамы» собираются в тесный кружок и меняются шапочками, но не надевают их, а прячут в карман фартука.

Ветер стих. Вновь звучит 1-ая музыкальная тема. «Мамы» выстраиваются в ряд. «Дети» подходят к первой «маме» – она исполняет, стоя на месте, свою танцевальную комбинацию (импровизацию), в характере того персонажа, чья шапочка спрятана у нее в кармане фартука.

«Дети» повторяют сочиненные «мамой» танцевальные импровизации. Затем «детишки» переходят к другой «маме». Она тоже перед ними исполняет свою импровизацию и т.д.

Список литературы

1. Барабаш Л.Н. Хореография для самых маленьких. – М., 2002г.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., 1999 г.
3. Белая К. Триста ответов на вопросы заведующей детским садом. – М., 2004 г.
4. Доронова Т., Карабанова О., Соловьева Е. Игра в дошкольном возрасте. Пособие для воспитателей детских садов. – М., 2002.
5. Дрожжина Е.Ю., Снежкова М.Б. Обучение дошкольников современным танцам. – Центр педагогического образования. Москва, 2012
6. Зарецкая Н.В. Веселая карусель //Игры, танцы, упражнения для детей 2-4 лет. – Москва, 2004г.
7. Зарецкая Н.В., РоотЗ. Танцы в детском саду. – Киев, 2001г.
8. Зацепина М.Б. Музыкальное развитие детей. – Москва, 2010г.
9. Каплунова И. Новосельцева И. Этот удивительный ритм. – Санкт-Петербург, 2005г.
10. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – Москва, 2000г.
11. Михайлова Н., Воронина Д. Танцы, игры. – М., 2006г.
12. Новицкая М., Науменко Г. Раз, два, три, четыре, пять, мы идем с тобой играть. – М., 2005г.
13. Пинаева Е.А. Детские образные танцы. – Пермь, 2006г.
14. Программа воспитания и обучения в детском саду, под ред. М.А. Васильевой. – М., 2005 г.
15. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика//Хореография в детском саду. – 2012 г.
16. Танцы для детей. Подготовительная группа./Автор-сост. Р.А. Жукова. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2010
17. Федорова Г. Поиграем, потанцуем. – Санкт-Петербург 2002г.
18. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам / Джим Холл; пер. с англ. Т.В. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009
19. Хореография для детей academy-of-talents/choreography/ -
20. Хореография для детей detskii-sad/muzykalno-ritmicheskoe...s...
21. Хореография для дошкольников service-dept/ibo/teacher-day...you...lesgift/
22. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство. - 2005. с ил.