

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №10»**

Принята
Советом педагогов
МБДОУ «Детский сад №10»
Протокол от 29.08.2019г. №1

Утверждена
заведующим
МБДОУ «Детский сад №10»
Приказ от 30.08.2019г. № 47
О.С. Петрова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЗВЁЗДОЧКИ»**

Возраст обучающихся: 5 - 6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Денис Елена Сергеевна

г. Торжок
2019г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Звёздочки» (далее – Программа) художественно – эстетической направленности составлена на основе программы Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г. «Са-фи-дансе» и программы Бурениной А. И. «Ритмическая мозаика». Основное назначение Программы - приобщение детей к танцу. Слово «Танец» вызывает в нашем сознании представление чего-то грациозного, нежного, воздушного. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности.

Актуальность программы заключается в том, что музыка, ритмика, мимика, хореография даются в игровой форме и в соответствии с возрастом дошкольника. Одновременно влияя на ребенка через игру, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

В дошкольном возрасте внимание детей еще неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия танцем (хореографией) помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укрепляет скелет, мускулатуру, но и стимулирует развитие памяти, внимания, мышления и воображения ребенка. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: ребенок учится сам создавать пластический образ.

Для успешного достижения результатов в данной Программе чередуются разные виды музыкально-ритмической деятельности: музыкально-ритмические игры, этюды. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки.

Новизна программы состоит в личностно-ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребёнка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребёнку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Научная новизна исследования хореографии заключается в следующем:

1. Выявлено место предмета “Хореография” в системе воспитания и обучения детей в условиях учреждений дополнительного образования и общеобразовательных учреждений.
2. Определено минимальное (дающее общее физическое, музыкальное, эстетическое, нравственное развитие и способствующее оздоровлению ребенка) и оптимальное (позволяющее говорить о начале формирования танцевальной культуры) содержание предмета “Хореография”, которое могут освоить дети, не обладающие специальными хореографическими способностями.
3. Выявлено развивающее влияние хореографии на формирование физических и личностных качеств, эмоциональной сферы учащихся; выявлен оздоравливающий эффект занятий.

Цель программы:

Прививать интерес детей к хореографическому искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию, формировать танцевальные умения и двигательные навыки.

Задачи:

- обучать детей танцевальным движениям;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве;
- формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце;
- развивать двигательную активность и координацию движений;
- развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма);
- развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец;
- поощрять исполнительское творчество.

Принципы построения Программы:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учетом возможностей ребенка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- доступности (упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение к своим движениям).

Методы и приемы работы:

- **игровой**, т.к. игра – это основное состояние детей дошкольного возраста, поэтому этот метод является основным в обучении детей хореографии. Он придает воспитательно-образовательному процессу привлекательную форму, облегчает запоминание и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей детей.
- **словесный**, подразумевающий беседы о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений.
- **практический** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.
- **наглядный** в выразительном показе педагога или ребёнка под счет, с музыкой.

Программа рассчитана для детей 5-6 лет.

Форма обучения – подгрупповая.

Занятия проводятся: два раза в неделю, во второй половине дня. Длительность занятий зависит от возраста и соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам 2.4.13049-13: до 25 минут.

Структура занятия по хореографии – общепринятая (состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной). Каждое занятие - это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика;

музыкально-подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); музыкально-ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-80% общего времени. В этой части решаются все основные задачи. Идет основная работа над развитием двигательных способностей, дается большой объем знаний. В эту часть входят ритмические и бальные танцы, гимнастика.

Заключительная часть занятия длится 3-5% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на укрепление осанки. Подводится итог занятия.

Занятия направлены на общее развитие ребенка, на приобретение устойчивого интереса к хореографии в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной хореографической подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно изучить предлагаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы умений и навыков.

Кроме освоения материала основных разделов программы занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Освоение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующих двух годах.

На этом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы.

Предполагаемый результат

К концу первого года обучения дети должны знать: основные приемы движений, знать технику исполнения, правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног.

Должны уметь: пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы, выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок, ставить ногу на пятку и на носок.

Форма подведения итогов освоения Программы - выступления перед детьми и родителями.

Коллективные выступления перед зрителем являются главным воспитательным средством, т.к.:

- переживание успеха принесет детям моральное удовлетворение;
- создадутся условия для самореализации творческого потенциала;
- воспитаются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Перспективное планирование по хореографии в старшей группе

| № п/п | Тема недели | Цель | Оборудование | Литература |
|----------------|---------------------------|--|---|---|
| ОКТАБРЬ | | | | |
| 1 | «В гостях у сказки» | Парная пляска: «Поссорились - помирились». - закрепить умение двигаться в соответствии с контрастным характером музыки, начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 2 | «Я живу...» | Упражнение: простой хороводный шаг. Танцевальный этюд «Осенний хоровод» - тренировать хороводный шаг; - ориентироваться в пространстве. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе». |
| 3 | «Мои любимые игры» | Упражнение: бег в рассыпную и ходьба по кругу. Игра «Воробьи и автомобили» - учить самостоятельно перестраиваться из круга в рассыпную и обратно. | | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 4 | «Важные даты календаря» | Танец с зонтиками. - повторить и закрепить музыкально-ритмические навыки | зонтики | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| НОЯБРЬ | | | | |
| 5 | «Музыкальная шкатулка» | Танцевальный этюд «Снежинки» (повороты вокруг себя, приседания, полуприседания) - приобретать новые и закрепить старые музыкально-ритмические навыки. | снежки | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 6 | «Неделя сочинялок» | Танцевальный этюд «Зайчата и медвежата» (поскоки, прыжки с одной ноги на другую) - приобретать новые и закрепить старые музыкально-ритмические навыки | | Т. К Барышникова. Азбука хореографии |
| 7 | «Мы – одна большая семья» | Пружинящий шаг, приставной шаг, Танцевальный этюд «Дружный оркестр». - закрепить умение самостоятельно менять движение | | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 8 | «Не болей!» | Подражание сказочным героям. Танцевальный этюд «Сказка в гости к нам пришла» - подводить к выразительному исполнению танцевально-игровых образов | | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| ДЕКАБРЬ | | | | |
| 9 | «Безопасный мир детства» | Упражнения на передачу ритмического рисунка. Танец. этюд «За осенью зима приходит». - отмечать в движении музыкальные фразы, акценты, несложный ритмический рисунок | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи- Дансе». |
| 10 | «Юные мастера» | Танцевальный этюд «Кто остался зимовать?» - совершенствовать умение детей самостоятельно начинать и заканчивать движение. | | Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи- Дансе». |
| 11 | «Волшебный мир книги» | Танцевальные этюды к новогодним праздникам «Новый год к нам мчится» - добиваться легкости, естественности и непринужденности в выполнении всех движений. | султанчик и из мишуры, снежинки, снежки | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |

| | | | | |
|----------------|----------------------------|---|--|---|
| 12 | «Я всё могу!» | Танцевальные этюды к новогодним праздникам. «К нам приходит Новый год» - добиваться легкости, естественности и непринужденности в выполнении всех движений. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| ЯНВАРЬ | | | | |
| 13 | «Активный образ жизни» | Разучивание новых танцевальных движений. Танцевальный этюд «Необыкновенное чудо» - научить изменять характер хороводного шага в соответствии с характером музыки, самостоятельно исполнять знакомые плясовые движения в «свободной пляске» | | Т. К Барышникова. Азбука хореографии |
| 14 | «Моя Родина» | Пружинящий бег. Игра «Бездомный заяц». - научить четко передавать в движении строение и ритмический рисунок музыкального произведения. | | Т. К Барышникова. Азбука хореографии |
| 15 | «Красота спасёт мир» | Танцевальный этюд «Сколько снега намело» добиваться легких и плавных движений руками, развивать наблюдательность, воображение, умение ритмично и ловко двигаться в коллективе. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 16 | «Буквоград» | Игры с музыкальными инструментами. Игра «Плетень» - научить изменять характер хороводного шага в соответствии с характером музыки, самостоятельно исполнять знакомые плясовые движения в «свободной пляске» | | Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи- Дансе. |
| ФЕВРАЛЬ | | | | |
| 17 | «Дружные ребята» | Бег (мелкий, с высокими коленями), прыжки на одной ноге. Игра «Кто быстрее» - развивать подвижность, красоту бега. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 18 | «Сильные, смелые, ловкие» | Прыжки на двух ногах, мелкий бег. Игра «Лиса и зайцы». - научить начинать, менять, заканчивать движение, правильно прыгать на двух ногах, ходить «осторожным» шагом. | | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 19 | «Люблю тебя, Торжок!» | Танцевальные этюды. «Все вокруг белым - бело». - развивать танцевальность, ориентацию в пространстве. | | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 20 | «Жанры всякие важны» | Гимнастические упражнения. Игра «Самый ловкий» - развивать растяжку ног, выворотность, гибкость всего тела. | | Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи- Дансе. |
| МАРТ | | | | |
| 21 | «В стране разных слов» | Пляска «Детский краковяк» - познакомить детей с простейшими элементами народных плясок (русской, украинской, белорусской, грузинской). | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 22 | «Я люблю свой детский сад» | Танцевальный этюд «Весенний вальс» - совершенствовать переменный шаг, пружинящий шаг | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |

| | | | | |
|---------------|----------------------------|--|-------|---|
| 23 | «ЗОЖ» | Танец-песня «Зайцы в хороводе» - развивать умение выразительно передавать подражательными движениями содержание и строение песни. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 24 | «Планета Земля» | Хоровод «Веснянка» - познакомить детей с народным обычаем встречать весну. | | Т. К Барышникова. Азбука хореографии |
| АПРЕЛЬ | | | | |
| 25 | «В мире разных звуков» | Сценка-игра «На птичьем дворе» добиваться легких и плавных движений руками, наблюдательность, воображение, умение ритмично и ловко двигаться в коллективе. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 26 | «Творческая мастерская» | Вальс с подснежниками. - развивать творчество, умение выразительно действовать с воображаемыми предметами | цветы | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |
| 27 | «Неделя вежливых наук» | Танцевальный этюд «Вальс цветов» - совершенствовать умение детей двигаться простым хороводным шагом, самостоятельно сужать и расширять круг | цветы | Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. |
| 28 | «Такие разные виды спорта» | Танцевальный этюд «Пошла Млада за водой» - учить детей придумывать движения, характерные какому-либо трудовому процессу и согласовывать это движение с музыкой. | | А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. |

Задачи:

Приоритетная задача: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;

- обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков, (например, из "Детского альбома" П.Чайковского: "Баба Яга", "Новая кукла", "Марш деревянных солдатиков" или из "Бирюлек" М.Майкапара: "Мотышек", "В садике" и др.);

- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое – грустное, шаловливое – спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);

- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый - умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3-частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;

- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выразить это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные

ниже виды движений.

Основные:

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;

- бег - легкий, ритмичный, передающий различный образ ("бабочки", "птички", "ручейки" и т.д.), широкий ("волк"), острый (бежим по "горячему песку");

- прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп - "лошадки", легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние ("веселый" или "трусливый зайчик", "хитрая лиса", "усталая старушка", "бравый солдат" и т.д.). Уметь передавать динамику настроения, например, "обида прошение - радость";

плясовые движения - элементы народных плясок, доступных по координации - например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, "выбрасывание" ног, полуприседания и полуприсядка для мальчиков и др. Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные).

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:

самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения **самостоятельно** начинать и заканчивать движение вместе с музыкой
- развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике - радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: "Кошка обиделась", "Девочка удивляется" и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи - в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в

рисунках и в словесном описании.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из "Ритмической мозаики"):

1-е полугодие - повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: "Марш", "Кораблики", "Красная шапочка", "Губки бантиком", "Арам зам зам" .

2-е полугодие: "Антошка", "Три веселых зайчика", "Цыплята", "Кошка и девочка", "Стирка", "Песенка о лете" и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

Методические рекомендации.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи. Прежде, чем заставить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, чтобы они всегда оставались интересными для воспитанников.

Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица. И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер. На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины.

Чтобы дети не теряли интерес к изучаемому материалу разучивание упражнений или элементов танца следует проводить не дольше 2-4 занятий. Даже если за это время не все запланированные задачи выполнены, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя. Обстановка должна быть дружественной. Искренний интерес педагога к успехам детей, поддержка и поощрение их самостоятельности. Также важно воспитывать внимательное отношение у детей друг к другу, желание помочь в преодолении трудностей и умения порадоваться за успехи других. Все это создает творческую обстановку на занятии без которой невозможно развитие творческих способностей и становления личности ребенка.

Описание основных позиций и танцевальных движений для дошкольников

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 45° («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.

Исходные позиции рук

Внизу – руки опущены вдоль тела.

Вперед – 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 отведены 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.

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.

«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 движется 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 уха или около левого.

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

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.

Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

«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 опорной 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 90^0 . Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

Список используемой литературы:

1. Барышникова Т. Албука хореографии, Москва, 1999г.
2. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 4-5 лет.- Москва, 1983г
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика, Санкт-Петербург, 1997г.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
5. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004
6. Каплунова И., Новоскольцева И. Ладушки «Потанцуй со мной дружок». Санкт-Петербург, 2010г.
7. Суворова Т. Танцевальная ритмика, Санкт-Петербург, 2004г
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»-танцевально-игровая пластика для детей. Санкт-Петербург, 2007г.