

ПРИНЯТО:
На заседании ЭС ДОУ по ИД
МБДОУ д/с № 25 «Зайчик»
Протокол № 1 от «14» сентября 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом заведующей № 172
от «15» сентября 2022 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 469b7da6bb59518f90d41ad531756263

Владелец: Гузеева Инна Федоровна

Действителен: с 1 ноября 2022г. по 25 января 2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ПАЛИТРА ЖЕЛАНИЙ»

по развитию творческих способностей старших дошкольников
средствами танцевального и театрального искусства



Адресат Программы: дети старшего дошкольного возраста с 5 до 7 (8) лет
Срок реализации: 2 года
Разработчик программы:
Топченюк О.В., музыкальный
руководитель, 1 кв. категория

г. Усть-Ишимск, 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
1.1 Актуальность Программы	3
1.2 Направление Программы	3
1.3 Отличительные особенности Программы	3
1.4 Адресат Программы	4
1.5 Цели и задачи Программы	4
1.6 Принципы Программы	5
2. Комплекс основных характеристик Программы	6
2.1 Содержание	6
2.2 Планируемые результаты освоения Программы	8
2.3 Система контроля	9
2.4 Мониторинг театрально-хореографического развития	10
3. Комплекс организационно-педагогических характеристик	10
3.1. Учебно-тематический план	10
3.2 Календарный учебный график	14
4. Организационно-педагогические условия	14
4.1. Кадровые условия	14
4.2. Материально-технические условия	14
4.3 Оценочные материалы	15
4.4. Методические материалы	15
Приложение 1.	16

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Палитра желаний» (далее – Программа) составлена в соответствии с:

– Федеральным Законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Уставом ДОУ.

Дополнительная общеобразовательная программа «Палитра желаний» имеет художественную направленность.

1.1. Актуальность Программы

Через приобщение детей к миру танца и театра развивается пластика, фантазия, артистизм и формируется художественный вкус.

Театрально-танцевальная деятельность является источником развития чувств, глубоких переживаний и открытий ребёнка; приобщает его к духовным ценностям, развивает эмоциональную сферу ребёнка, заставляет его сочувствовать персонажам, сопереживать разыгрываемые события.

Театрально-танцевальная деятельность позволяет ребёнку решать многие проблемные ситуации опосредованно от лица какого-либо персонажа. Это помогает преодолевать робость, неуверенность в себе, застенчивость. Выполнение ритмических упражнений на фоне положительного эмоционального возбуждения способствует воспитанию правильной речи детей. Таким образом, театрально-танцевальное искусство помогает всесторонне развивать ребёнка.

Программа формирует у детей дошкольного возраста устойчивый интерес к театрально-танцевальному искусству. Закладываются основы художественно-эстетического воспитания, исполнительских навыков, танцевально-ритмической деятельности посредством хореографии и театра детей 5 -7(8) лет, а также способствует обновлению содержания образовательной деятельности в дошкольных учреждениях.

В процессе занятий ярко проявляются индивидуальные способности каждого ребенка, появляется возможность детям более полно проявить свои творческие возможности. Данная программа позволяет детям путем занятий танцевальных и театральных постановок приобрести танцевальные навыки, укрепить свое физическое здоровье, развить музыкальные данные (чувство ритма, слуха), а также удовлетворить свою потребность в общении, самоутверждении и самовыражении. Этот момент является особенно привлекательным для детей дошкольного возраста, т.к. выраженное стремление к общению, стремление утвердить свою самостоятельность, понять свою уникальность и почувствовать значимость - являются специфическими чертами возраста.

1.2. Направленность Программы: художественная

1.3. Отличительная особенность Программы

В Программе образовательный процесс нацелен на изучение воспитанниками выразительной палитры движений танца; избавление от физических зажимов; развитие физической выносливости и творческой активности средствами свободной импровизации. Применение полученных знаний, умений и навыков данного вида творчества в повседневной деятельности мотивирует детей на: создание индивидуального творческого продукта (номера). Используемые формы, методы и средства, в ходе образовательного процесса, значительно расширяют кругозор детей.

Новизна и оригинальность программы заключается в синтезе двух значимых видов искусства, таких как театр и хореография, каждый из которых неocenим в разностороннем гармоничном развитии личности ребенка. Учебный материал объединяется в отдельные

танцевально-тренировочные комплексы, игры и этюды, что придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания, повышает эмоциональный фон занятий и отдалает момент усталости.

В Программе представлены материалы по обучению ритмики, хореографии, музыки, пластики, сценическое движение, и даются детям в игровой форме использование игровой деятельности для организации творческого процесса- значительная часть практических занятий, основанные на опыте работы с детьми старшего дошкольного возраста 5-7(8) лет. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм. Предлагается календарный учебный график, рассчитанный на 2 года. Представленные разработки направлены на формирование творческой личности посредством танцевального и театрального искусства.

1.4. Адресат Программы

Программа разработана для детей старшего дошкольного возраста 5-7(8) лет, посещающих МБДОУ д/с № 25 «Зайчик».

Дети старшего возраста владеют основными движениями, способны к освоению сложных движений. У детей наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Более совершенной становится крупная моторика. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

1.5. Цели и задачи Программы

Цель: Создание условий, способствующих общему физическому и нравственному развитию ребенка, и формированию его творческих способностей посредством танцевального и театрального искусства.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить воспитанников с некоторыми теоретическими основами театральной и танцевальной культуры;
- научить основам сценической пластики и постановке композиции танца;
- научить воспитанников ставить цель и решать творческие задачи в процессе работы над индивидуальными и коллективными проектами;
- формировать умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формировать у воспитанников уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;
- создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Развивающие:

- развивать способности к совместной творческой деятельности, выявлять и раскрывать индивидуальные творческие способности ребёнка;
- развивать умение использовать танцевальные, игровые импровизации в самостоятельной деятельности;
- развить у детей интерес к танцевально-игровой деятельности;
- развивать память, мышление, воображение, внимание детей;
- развивать творческие способности детей, воображения и фантазии.

Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения на сцене во время выступления;
- воспитывать трудолюбие, аккуратность, усидчивость, терпение, умение довести начатое дело до конца;

- воспитывать художественный вкус, умение гармонично сочетать свой образ и стиль с творческим номером.

Оздоровительные:

- приобщить к здоровому образу жизни и укрепить у воспитанников физическое здоровье (развитие координации, правильной осанки, пластики, выносливости);
- укреплять здоровье детей.

1.6. Принципы Программы

1. Принцип сознательности и активности - обучение эффективно, когда ребенок проявляет познавательную и двигательную активность.

2. Принцип системности и последовательности предполагает преподавание и усвоение навыков и умений в определенном порядке, системе.

3. Принцип доступности и индивидуальности требует учитывать особенности развития детей, возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим определение для него занятий. Оптимальная мера *доступности* определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путем физических и психических усилий. Индивидуальность подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врожденные способности, задатки малыша.

4. Принцип наглядности — ИКТ включают в работу максимальное количество органов чувств зрительный, слуховой и тактильный. При разучивании новых движений наглядность — это безукоризненный практический показ движений педагогом.

5. Принцип полноты и целостности музыкального образования детей, подразумевающий совокупность знаний, умений и навыков по всем видам детской танцевально-театральной деятельности, их органическую взаимосвязь.

6. Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

7. Принцип повторяемости материала, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

Срок освоения программы: Программа рассчитана на 2 года обучения: первый год обучения дети 5-6 лет, второй год обучения - дети 6-7 (8) лет. 1 год обучения – 36 недель, 9 месяцев; 2 год обучения – 36 недель, 9 месяцев.

Форма обучения: очная, групповые и индивидуальные занятий

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю: для детей первого года обучения-25 минут, второго – 30 минут.

2. Комплекс основных характеристик Программы

2.1. Содержание программы

Содержание Программы подбирается с учетом возрастных, индивидуальных особенностей детей старшего дошкольного возраста 5-7(8) лет. Постепенно происходит его усложнение. Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

Основным способом проверки результативности обучения являются метод наблюдения и метод включения детей в деятельность.

Все разделы взаимосвязаны, благодаря чему обеспечивается интеграция различных видов творческой деятельности, необходимых для достижения обучающимися общего положительного результата и достижения цели программы.

Репертуар может подбираться и варьироваться в соответствии с составом коллектива и тематикой предстоящих выступлений.

Учебный материал программы делится на несколько разделов. Все разделы связаны между собой. Каждый из разделов имеет своё конкретное содержание и свои определённые задачи по формированию знаний, умений и навыков. Программа разработана по принципу постепенного усложнения материала. На каждом этапе обучения даётся материал по основным разделам программы:

1. Основы хореографического искусства.
2. Театральные приёмы в хореографии. Перевоплощение.
3. Театр танца.

Раздел **«Основы хореографического искусства»** включает в себя разучивание музыкально – ритмических упражнений, ходов и проходов, танцевальных движений и комбинаций, освоение построения, перестроения, и является основной базой танцевальных исполнительских навыков.

Ритмические упражнения. Одно из важнейших ритм и вовремя в него включиться. Как правило, дети по природе очень чутко улавливают ритм, они его прекрасно чувствуют, но далеко не всегда могут передать его движениями. Наши упражнения развивают у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку.

Разминочные упражнения. Для того чтобы красиво танцевать, нужно сначала научиться владеть своим телом и знать его возможности. С помощью специальных разминочных упражнений ребенок учится разогревать мышцы и готовится к более сложным танцевальным упражнениям. Также он учится держать правильную осанку.

В раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, доступные дошкольникам.

Хореографические упражнения и танцевальные комбинации дают детям представление о классическом танце. На занятиях изучаются простейшие танцевальные элементы и композиции. Дети учатся работать во взаимодействии друг с другом, понимать и чувствовать партнёра.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Перестроение группы из круга в квадрат. Перестроение из круга в рассыпную и снова в круг. Построение двух концентрических кругов, «воротца», «звездочка», «карусель», «змейка». Движение в колонне по одному, из углов - по диагонали, с переходом в центре через одного. Перестроение в парах: обход одним партнером другого и одной пары другой.

В данном разделе используются такие музыкальные игры и упражнения как:

– «Музыкальный квадрат», «Круг дружбы», «Дирижер», «Рисунок танца», «Быстро по местам», «Нитка – иголка», «Музыкальное эхо».

Раздел **«Театральные приёмы в хореографии. Перевоплощение»** в большей степени направлен на освоение актёрских навыков и умений. Упражнения и комбинации с применением мимики, жестов и образных поз – всё то, что раскрепощает, способствует раскованному вхождению в образ.

Упражнения на пластику и фантазию развивают воображение ребенка и учат его импровизировать под музыку. Наблюдая с ребенком за растениями, животными, птицами, рыбами, мы запоминаем их движения, повторяя под музыку.

В раздел включены игры – миниатюры, игры – превращения: «Деревянные и тряпичные куклы», «Цветочек», «Веребочки», «Кошка выпускает коготки», «Надуй мяч», «Качели», «Любопытная варвара», «Кораблик» и другие.

В творческих играх дети создают определенный образ и передают в движении разнообразные чувства. Игры создают на занятии атмосферу радости, бодрости и удовольствия. В играх дети легко усваивают и совершенствуют многие способности и жизненно необходимые навыки общения. Специальные этюды, задания, игры, направлены на развитие творческой инициативы, благодаря чему развиваются созидательные способности детей, их познавательная активность, мышление, свободное самовыражение и раскрепощенность.

В раздел включены игровые этюды: «Игра с куклой», «Поссорились – помирились», «Баю – бай», «Ветер – ветерок», «Игра с водой», «Перетягивание каната», «Платочек» и другие.

Игры – импровизации и музыкальные игры используются как специальный метод формирования правильной осанки, произвольного исполнения танцевальных и игровых движений. Предлагаемые игры способствуют развитию активности детей и согласованию движений характером музыки, развивается внимание и воображение.

Раздел **«Театр танца»** - самый интересный по деятельности, но и самый сложный, требующий проявления всех умений, навыков и творческих способностей ребёнка.

Упражнения и этюды народно – характерного танца знакомят детей с элементами танцев разных народов. Учат слышать национальные интонации народных плясок, двигаться выразительно, в соответствии с музыкальными образами, и проявлять свои эмоции и чувства в своих импровизациях.

Сюжетные этюды, ролевые комбинации, образные сольные партии и танцы объединяют выученные движения. Этюды и комбинации служат основой для постановок того или иного танца и способствуют развитию танцевальных способностей, вырабатывают гибкость, координацию и манеру движения.

Постановка сюжетного танца или танцевального спектакля ведётся по следующему плану: ознакомление детей с сюжетом танца; определение количества исполнителей и распределение ролей; разучивание основные движения и составление комбинации; разведение танца по рисунку танца; обозначение моментов театральной игры и выразительных средств, применяемых в данной ситуации; работа над техникой исполнения в целом танце.

И еще очень важное для нас правило: Общение с детьми на занятии должно проходить в атмосфере радости и это самое главное, т.к. радость - могущественное и наиболее благотворное воздействие на ребенка. Из всех чувств радость - всего лучше влияет на жизнь ребенка, развитие его способностей. В атмосфере радости душа ребенка легче всего открывается навстречу прекрасному. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Ни в коем случае нельзя вести занятие на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовать - только тогда обучение будет эффективно. Древние римляне считали, что корень учения горек. Но когда учитель призывает в союзники интерес, когда дети «заражаются» жаждой знаний и стремлением к активному умственному труду, корень учения меняет вкус и вызывает у детей вполне здоровый интерес и аппетит.

Структура занятий.

Занятия теоретического плана

Вводная часть (2-5 минут)

1. Вход в зал под музыку.
2. Поклон мальчиков, поклон девочек.

Основная часть (20 минут)

1. Озвучивание темы занятия.
2. Беседа или рассказ по определённой теме.

3. Показ иллюстраций или видео показ по этой теме.

Заключительная часть (3-5 минут)

1. Подведение итогов в конце занятия.
2. Поклон мальчиков, поклон девочек.

Занятия практического плана

Вводная часть (2-5 минут)

1. Вход в зал под музыку. Поклон мальчиков, поклон девочек.
2. Музыкально –ритмические движения, построения и перестроения.

Основная часть (20 минут)

1. Тренаж народно – характерного танца или экзерсис классического танца.
2. Элементы танца, танцевальные комбинации и танцы.
3. Театральные упражнения, игры, импровизация, танец.

Заключительная часть (3-5 минут)

1. Подведение итогов в конце занятия.
2. Поклон мальчиков, поклон девочек.

Танцевальная часть занятия требует абсолютной внутренней собранности, серьезной физической подготовки, стремления к преодолению трудностей и способностей к сознательной затрате значительного количества физических сил. Эта часть занятия направлена на выработку необходимых хореографических навыков: развитие выворотности ног, укрепление мускулатуры, стоп и подъема, развитие эластичности связок и мягкость движений.

Театральная часть занятия даёт возможность ребёнку «поиграть» чувствами и эмоциями, а в дальнейшем и управлять ими. На коллективных занятиях изучаются простейшие танцевальные элементы и композиции. Ребята учатся работать во взаимодействии друг с другом, понимать и чувствовать партнера. Дети, которые умеют танцевать и умеют владеть своими эмоциями, развивается быстрее и гармоничнее.

2.2. Планируемые результаты освоения Программы

<i>К концу 1 года обучения дети должны знать и уметь:</i>	
Знания в области театральной и хореографической культуры	- знать значение танцевального зала и правила поведения в нем; - знать общие основы танцевальной и театральной культуры; - знать о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.
Чувство ритма	- владеть навыками ритмической ходьбы; - уметь ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
Техника исполнения	- владеть навыками танцевальных шагов и проходов; -владеть элементарными основными хореографическими упражнениями; - уметь исполнять комплексы упражнений под музыку; - уметь исполнять ритмические и массовые танцы; - уметь выполнять имитационные задания по театральной пластике.
Хореографический рисунок	- уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу; -уметь выполнять простейшие построения и перестроения; - владеть навыками ориентирования в зале при проведении музыкально-подвижных игр.
Артистичность (актёрские навыки, выразительность)	- уметь передавать характер музыкального произведения в движении; - уметь в музыкально-подвижной игре представлять различные образы.
Импровизация (сотворчество с педагогом)	- уметь подбирать и выполнять простейшие движения, позы и мимику по имитационной пластике, создавая характер или образ персонажа.

<i>К концу 2 года обучения дети должны знать и уметь:</i>	
Знания в области театральной и хореографической культуры	- знать жанры и виды хореографического искусства; - знать элементарные термины классического танца; - знать правила безопасности при занятиях хореографическими упражнениями без предметов и с предметами; - знать основные танцевальные позиции рук и ног.
Чувство ритма	- уметь выполнять специальные упражнения для согласовывания движений с музыкой; - уметь выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.
Техника исполнения	- владеть навыками по различным видам передвижений по залу; - владеть исполнительскими хореографическими навыками; - приобретут определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях; - уметь исполнять народные, классические и современные танцы; - владеть умением сольного, парного и группового исполнения партии и роли.
Хореографический рисунок	- владеть навыками: - пространственного ориентирования; - перестроения и передвижений по залу; - исполнения хореографического рисунка танце в целом.
Артистичность (актёрские навыки, выразительность)	- владеть простейшими навыками актёрского мастерства; - уметь выразить свои впечатления, чувства и эмоции в позах, мимике, жестах и в движении; - уметь осмысленно исполнять сюжетные этюды, комбинации и постановки, используя танцевальную технику и актёрскую выразительность.
Импровизация (сотворчество с педагогом)	- будут способны показать танцевальные и театральные знания и навыки, применяя творческое мышление, «мышечную» память и воображение в выполнении творческих заданий; - овладеют умением импровизировать, проявляя коммуникативные способности, активность и сообразительность.

Качество приобретенных знаний проверяется в течение года, для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого результат отслеживается в участии в мероприятиях детского сада, в концертах, фестивалях, конкурсах на разных уровнях.

2.3. Система контроля

1. *Предварительный контроль:* начальные знания в области театральной и хореографической культуры, чувство ритма, техника исполнения, хореографический рисунок, артистичность, умение импровизировать.

2. *Промежуточный контроль:*

– знания в области театральной и хореографической культуры – понятие о значении танцевального зала и правила поведения в нем, общие основы танцевальной и театральной культуры;

– чувство ритма - умение ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;

– техника исполнения - владение элементарными основными хореографическими упражнениями;

– хореографический рисунок - уметь выполнять простейшие построения и перестроения, владеть навыками ориентирования в зале;

– артистичность - умение передавать характер музыкального произведения в движении; умение в музыкально-подвижной игре представлять различные образы;

– импровизация - умение подбирать и выполнять простейшие движения, позы и мимику по имитационной пластике, создавая характер или образ персонажа.

3. *Заключительный контроль* – знания в области театральной и хореографической культуры, чувство ритма, техника исполнения, хореографический рисунок, артистичность, импровизация (уровень театрально-хореографического развития).

2.4. Мониторинг театрально-хореографического развития

Методы исследования: беседа, наблюдение, праздничные мероприятия, концерты, открытые мероприятия, наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

При определении уровня развития ребенка, за основу взяты следующие критерии:

- знания в области театральной и хореографической культуры;
- чувство ритма;
- техника исполнения;
- хореографический рисунок;
- артистичность, импровизация.

Высокий уровень (3 балла) - творческая активность, самостоятельность, инициатива, быстрое осмысление задания, точное выразительное его выполнение без помощи взрослого, ярко выраженная эмоциональность.

Средний уровень (2 балла) - эмоциональная отзывчивость интерес к музыкальной деятельности, желание включиться в нее при некотором затруднении в выполнении задания ребенок нуждается в помощи педагога, дополнительном объяснении, показе, неоднократных повторях.

Низкий уровень (1 балл) - ребенок мало эмоционален, ровно, спокойно относится к музыкальной деятельности, не проявляет активного интереса, равнодушен, не способен к самостоятельности.

3. Комплекс организационно-педагогических характеристик

3.1. Учебный план

Первый год обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	теория	практика	
<i>Раздел 1. Основы хореографического искусства</i>					
1.	Беседа «Хореография, как вид искусства. Танцевальные спектакли и театр танца».	7	1	6	
2.	Музыкально-ритмические движения: хлопки под музыку, ходьба, притопы, движения рук в разном ритме.	8	1	7	
3.	Ходы и проходки: Виды шага: танцевальный, дробный, хороводный, приставной. Виды бега: лёгкий, быстрый, высокий, мелкий.	8	1	7	
4.	Танцевальные движения: притопы, хлопки, прыжки, подскоки, перескоки, вынос ножки вперёд, в сторону, приседания, кружение, «ковырялочка», «пружинка»,	8	1	7	

	«ножницы».				
5.	Рисунок танца и перестроения: линия, колонка, круг, «звёздочка», «змейка», диагональ, сужение и расширение круга; перестроения на две линии, расход в разные стороны, построение в шахматном порядке.	8	1	7	
<i>Раздел 2. Театральные приёмы в хореографии. Перевоплощение</i>					
1.	Мимика, жесты, выразительные позы и пластика тела.	8	1	7	
2.	Игровые этюды. Упражнения на развитие художественно – творческих способностей: «ветерок и ветер», «разведка», «на речке», «клоуны», «львёнок».	8	1	7	
<i>Раздел 3. Театр танца</i>					
1.	Характерный танец, народный танец. Танцевальные импровизации на театральные сюжеты характерные образы: «трусливый заяц», «хитрая лиса», «под дождём». Постановка характерных танцев: «матросский», «домовята», «снежинки», «звёздочки и луна».	8	1	7	
2.	Танец – игра. Хореографическая сценка Сценки без слов, с помощью мимики, жестов и пластики тела. Игры: «Зеркало», «Куклы», «Учитель».	8	1	7	
	Итого	72	8	64	

Второй год обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	теория	практика	
<i>Раздел 1. Основы хореографического искусства</i>					
1.	Жанры и виды хореографического искусства. Элементарные термины классического танца.	1	1		
2.	Музыкально - ритмические движения: хлопки под музыку, ходьба, притопы, движения рук в разном ритме.	5	1	4	
3.	Ходы и проходки: Виды шага: танцевальный, хороводный, дробной, приставной, тройной с остановкой. Виды бега: лёгкий, быстрый, высокий, мелкий.	5	1	4	

4.	Танцевальные движения: притопы, хлопки, прыжки, подскоки, перескоки, вынос ножки вперёд, в сторону, приседания, кружение, «ковырялочка», «пружинка», «ножницы».	5	1	4	
5.	Рисунок танца и перестроения: линия, колонка, круг, «звёздочка», «змейка», «воротца», «карусель», врассыпную, диагональ, «цепочка», сужение и расширение круга; перестроения на две линии, расход в разные стороны, построение в шахматном порядке; движения парами, тройками, со сменой партнёра и направления.	6	1	5	
<i>Раздел 2. Театральные приемы в хореографии. Перевоплощения</i>					
1.	Игровые этюды. Упражнения на развитие художественно – творческих способностей: «паровозик и туннель», «разведка», «на море», «учитель и ученики», «на птичьем дворе». Варьирование хореографических и театральных навыков в этюдах.	6	1	5	
2.	Взаимодействие с партнёром- ролевой контакт. Взаимодействие с партнёром- парные танцы.	5	1	4	
3.	Театрализованные образы в танцах: сказочные персонажи, характерные образы, образы животных.	6	1	5	
<i>Раздел 3. Театр танца</i>					
1.	Сюжетный танец. Прочтение и разбор либретто (сюжетной линии). Распределение ролей, подбор костюмов, отбор выразительных движений. Разводка по рисунку танца с фиксацией фигур и перестроениями. Постановка сюжетных танцев	8	1	7	
2.	Характерный танец. Танцевальные импровизации на театральные сюжеты характерные образы: «разведчик», «самовар», «под дождём». Постановка характерных танцев: «Яблочко», «разбойники», «снежинки», «звёздочки и луна», «мушкетёры», «на полянке».	8	1	7	
3.	Народный танец. Постановка танцев на основе народной хореографии с театральным	8	1	7	

	содержанием: «Василёчки» (украинский); «Сингокоця» (ненецкий)				
4.	Танцевальные спектакли. «Сотворчество» с педагогом. Прочтение сценария – либретто спектакля или композиции. Распределение ролей. Сочинение и разводка совместно с детьми эпизодов и сцен по сценарию. Подбор движений и сочинение рисунка постановок совместно с детьми. Импровизация и подбор детьми, при помощи и коррекции преподавателя, выразительных средств (мимики, жестов, поз и пластики тела). Постановка спектакля или композиции с элементами импровизации детей.	9	1	8	
	Итого	72	12	60	

3.2. Календарный учебный график Первый год обучения

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Раздел									
Раздел 1		1							
Раздел 2		8	9	8	6				
Раздел 3					1	8	9	8	5

Второй год обучения

Месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Раздел									
Раздел 1		1							
Раздел 2		8	9	8	6	1	1	8	
Раздел 3					1	8	9		5

Формы подведения итогов реализации Программы

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- контрольные занятия;
- итоговое занятие;
- открытые занятия для родителей;
- отчетный концерт по итогам года.

4. Организационно-педагогические условия

4.1. Кадровые условия

Реализовывать Программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, обладающий достаточно знаниями и опытом практической деятельности в области танцевального и театрального образования детей старшего дошкольного возраста.

4.2. Материально-технические условия

Реализация Программы осуществляется в музыкальном зале МБДОУ д/с № 25 «Зайчик» по адресу осуществления образовательной деятельностью проспект Мира, 48

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.
- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.
- Пособия, демонстрационный материал.

4.3. Оценочные материалы

Мониторинг определения уровня развития навыков воспитанника в процессе театрализованной деятельности основана на работе Т.С. Комаровой; танцевальной деятельности по методике А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной Ключевой метод отслеживания, наблюдение позволяет выявить как положительные результаты, так и нерешенные проблемы, скорректировать дальнейшие планы, наметить перспективу работы всей группы и проведение индивидуальных занятий.

4.4. Методические материалы

Методическое оснащение реализации Программы:

1. Папка «Партерная гимнастика»
2. Папка «Растяжка в хореографии»
3. Папка «Релаксация» - упражнения на релаксацию в конце занятия;
4. Папка «Музыкальные игры» - подборка различных музыкальных игр на развитие творческого воображения и фантазии;
5. Папка «Разминки» - подборка разминок по теме для начала занятия;
6. Музыкальные диски с музыкой для творческих заданий, танцев, игр;
7. Папка «Иллюстрации» - подборка иллюстраций к теоретическим разделам и творческим заданиям;
8. Папка «Теория»- подборка теоретических сведений по теме занятия;
9. Детские музыкальные инструменты, игрушки, мячи, обручи, ленты и т.п. для музыкальных игр и танцев.
10. Барабаш Л.Н. «Хореография для самых маленьких», ООО ИД «Белый ветер», 2002, - 108 с.
11. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. –М., 2008.
12. Буренина А.И. Ритмическая мозаика Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: ЛОИРО, 2000. -220 с.
13. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально - ритмическом развитии детей 4-8 лет. Практикум для педагогов. - М.: Издательство ГНОМ и Д, 2001 г.
14. Каныгина Г.А. «Игра в театре: программа занятий театральной студии для детей дошкольного возраста в учреждениях культуры клубного типа». – Красноярск: Класс Плюс, 2018. - 48с.
15. Машевская С.А. “Риторика + Театр”. – М.: “Исток”, 2005.
16. Киенко О.Л. «рисунок и схему танцев в детской хореографии»
17. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений» - В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2- 2-е изд. - М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003.
18. Роот, Н. Зарецкая «Танцы в детском саду» Москва Айрис- пресс 2008 г.
19. Чурилова Э.Г. “Методика и организация театральной деятельности дошкольников и младших школьников”. – М.: Владос, 2005.
20. Щеткин А.В. “Театральная деятельность в детском саду”. – М.: Мозаика-Синтез, 2007.
21. Электронное пособие Коренева Т. Ф. Парциальная программа «В мире музыкальной драматургии»: музыкально-ритмическая деятельность с детьми дошкольного возраста / Т. Ф. Коренева. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 48 с.: ил. — (ФГОС ДО. Мозаичный ПАРК) Рецензия № 1 Протокол № 10 от 04.06.2019 г. заседания кафедры педагогики начального и дошкольного образования ГОУ ВО МО ГГТУ

Карточка упражнений для развития детской пластики

Упражнения для рук

«Звонкие ладошки»

Хлопки в ладошки используются во многих играх и плясках, часто являясь основным движением танца. По своему выразительному значению они близки к притонам. Следует с самого начала обратить внимание детей на характер хлопков в зависимости от музыки и образов игры или пляски. Дети должны уметь хлопать тихо и громко, с размаху и держа руки близко одна к другой. Встречаются хлопки, передающие ритмический рисунок музыки. В таких случаях не следует показывать ребенку ритм хлопков, а надо предоставить ему возможность найти его самому. Вариантов хлопков может быть множество. Желательно каждому дать название, чтобы наполнить движение эмоциональным смыслом.

1. «Колокола».

Активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях и ненапряженных рук.

2. «Колокольчики».

Мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Движение легкое, по силе не громкое. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в стороны вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого уха или около левого.

3. «Тарелка».

Скользящие хлопки. Одна рука с размаху двигается сверху вниз, другая — снизу вверх.

4. «Ловлю комариков».

Легкие звонкие хлопки прямыми ладошками справа и слева от корпуса, сверху и внизу - согнутыми в локтях руками.

5. «Бубен».

Хлопки ладонью одной руки о неподвижную раскрытую ладонь другой. Хлопки могут быть громкими или тихими в зависимости от динамики музыкального образа.

6. «Подушечка».

Хлопки выполняются свободными, ненапряженными, мягкими руками перед корпусом и за ним.

7. «Вертушки».

Основаны на поворотах кистей рук от корпуса и обратно. Руки согнуты в локтях и зафиксированы в статичном положении, работают только кисти, сила удара ладони о ладонь небольшая. Движение носит игривый характер.

ПЛАВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ РУК

1. «Ветерок».

Перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

2. «Ленточки». Попеременные пластичные движения правой и левой руками вверх-вниз перед грудью.

3. «Волна».

Плавное движение вверх и вниз одной рукой. Она может быть отведена в сторону или вытянута вперед. «Волна» образуется за счет пластичных движений плеча, предплечья, кисти. «Волна» может плавно перетекать из одной руки в другую.

4. «Крылья».

Плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

Картотека театрализованных игр и этюдов

Игра «Измени голос»

Цель: развитие внимания, наблюдательности, воображения детей.

Дети приветствуют друг друга от имени любого придуманного или сказочного персонажа (лисы, зайца, волка), надевают (по желанию) костюмы и рассказывают, на кого они стали похожи. Педагог помогает им изобразить выбранных героев через выразительные движения, мимику, голос.

Игра «Где мы были, мы не скажем»

Цель: способствование развитию чувства правды и веры в вымысел; обучение согласованным действиям.

Дети выбирают водящего, который уходит за дверь, а оставшиеся ребята вместе с воспитателем договариваются, кого или что они будут изображать. Затем приглашают водящего, который входит со словами: «Расскажите, где вы были, что вы делали». Дети отвечают: «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем! (если действие). Кого видели, покажем (если животное) и т.д. во время игры педагог помогает найти наиболее характерные особенности животных или предметов и выразительно их передать.

Подвижная игра «Смелые мышки»

Цель: развитие выразительности жестов и мимики.

Сначала дети слушают стихотворение:

Вышли мышки как-то раз

Посмотреть который час.

Раз-два-три-четыре –

Мышки дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон...

Убежали мышки вон.

Педагог предлагает детям превратиться в мышек и выразительно изобразить их, используя жесты и мимику.

Подвижная игра «Дождь»

Цель: обучение детей умению согласовывать свои действия с другими детьми; развитие воображения.

Детям дается возможность представить и изобразить, как капли дождя стучат по крыше, дороге. Показать, как дети шлепают по лужам, хлопают в ладоши и веселятся после дождя. Далее педагог объясняет, что в игре вместо дождя будет звучать музыка, напоминающая журчание воды, звон капелек. Когда музыка звучит, все дети шлепают по лужам (из картона или воображаемым). Как только музыка закончится, значит - надвигается «гроза» - все собираются вместе под крышей (зонтом). Детям предлагается изобразить «грозу» (постукивающие движения кулаками, хлопки в ладоши). В тот момент, когда дети изображают грозу, педагог говорит:

Гром повсюду, гром гремит,

В небе молния блеснит!

Кончилась гроза, и мы опять,

Будем весело играть!

Игра «В гостях у бабушки»

Цель: развитие выразительности жестов, мимики, голоса.

Педагог, встречая детей, говорит, что сегодня к ним в гости обещала прийти

необычная гостья – бабушка Забава, которая любит играть и веселиться.

Предлагает позвать бабушку Забаву словами:

Здравствуй, бабушка Забава,

В гости ждем тебя сюда!

Приходи к нам поиграть,

Веселиться, хохотать.

Т-с-с-с, тихо, тишина.

Может, бабушка пришла?

Педагог просит детей очень тихо, на цыпочках, поискать бабушку, жестом призывая к соблюдению тишины. Далее педагог «находит» бабушку (надевает фартук и платок) и действует от ее имени.

Бабушка Забава хочет познакомиться с детьми и подружиться. Предлагает поиграть. Дети встают в круг. До кого бабушка Забава дотронется, тот называет свое имя. После этого бабушка Забава интересуется, как дети узнают друг друга при встрече (подсказать детям, что у каждого есть свои особенности).

Игра «Диктор»

Цель: развитие внимания, наблюдательности.

Один ребенок описывает кого-то из детей, остальные по приметам угадывают.

Игра повторяется несколько раз. Водящие меняются.

Игра «Изобрази героя»

Цель: развитие выразительности движений, жестов, мимики, голоса.

Ведущий предлагает изобразить сказочных персонажей, напоминая, что у каждого из них свои особенности, по которым их легко узнать:

Лиса, лисонька-лиса,

Шубка очень хороша!

Рыжий хвост, хитры глаза,

- Люблю курочек – да-да!

Петя, Петя-петушок!

Золоченый гребешок!

Как увидишь ты зарю,

Закричишь: «Ку-ка-ре-ку!»

Вышли зайки погулять,

Стали прыгать и играть.

Неуклюжий, косолапый

Ходит по лесу медведь.

Если спросят. Что он любит,

Скажет: «Меду бы поесть!»

Дети изображают разных персонажей.

Игра «Хитрый маленький зверек»

Цель: развитие внимания, наблюдательности, быстроте реакции, памяти.

Педагог предлагает детям представить, что все они разные зверята, и сидят в клетках в зоопарке. Одного из детей выбирают на роль посетителя зоопарка. Он будет стоять в центре, и делать различные движения и жесты. «Зверята»

передразнивают посетителя, точно повторяя его жесты и движения. «Посетителя» выбирают с помощью считалки:

Над лучами, над водой

Хлынул дождик проливной.

А потом повисло в небе коромысло.

Ребятишек радует золотая радуга.

«Посетители в течении игры меняются несколько раз.

Игра «Скажи о друге ласковое слово»

Цель: формирование у детей доброжелательного отношения друг к другу.

Педагог собирает детей в хоровод со словами:

В хоровод. В хоровод

Здесь собрался народ!

Раз-два-три – начинаешь ты!

Вслед за этим педагог берет в руки надувное сердечко и ласково обращается к рядом стоящему ребенку. Например: - Сонечка, доброе утро!

Педагог уточняет, какие ласковые и добрые слова мы можем произносить,

обращаясь к своим друзьям (Здравствуйте, как я рад(а) тебя видеть; какие красивые у тебя волосы; у тебя нарядная рубашка и пр.) После этого дети снова идут по кругу с песенкой.

Педагог передает сердечко

следующему ребенку, который должен, в свою очередь, ласково обратиться к рядом стоящему малышу.

Игровая пляска «Лучшие друзья»

Цель: обучение детей умению согласовывать свои действия с текстом и с другими детьми.

Поплясать становись и дружку поклонись.

Поплясать становись и дружку поклонись.

Будем все приседать: дружно сесть и дружно встать.

Будем все приседать: дружно сесть и дружно встать.

Машут ручки ребят – это птички летят.

Машут ручки ребят – это птички летят.

Топни ножкой одной и притопни другой.

Топни ножкой одной и притопни другой.

Ручки – хлопок, ручки – хлопок, еще раз: хлопок да хлопок.

Ручки – хлопок, ручки – хлопок, еще раз: хлопок да хлопок.

Вот и кончился пляс, поклонись еще раз.

Вот и кончился пляс, поклонись еще раз.

Игра «Что я умею»

Цель: способствование развитию памяти, чувства правды.

Педагог встречает детей и предлагает поиграть в игру «Я умею...» Дети, передавая мяч друг другу, говорят о том, что они умеют делать. Первым игру начинает взрослый (например: «Я умею веселиться» и т.д.)

Игра на интонирование слов

Цель: развитие внимания, наблюдательности, воображения детей.

Детям предлагается с различным интонированием проговорить привычные слова: «здравствуйте» - радостно, приветливо, небрежно, угрюмо; «до свидания» - с сожалением, с огорчением или надеждой на скорую встречу; «спасибо» - уверенно, нежно, нетерпеливо, обиженно; «извините» - неохотно, с раскаянием.

Игра «Изобрази вкус яблока»

Цель: развитие выразительности мимики, воображения.

Педагог предлагает детям имитировать, как они кусают яблоко, изображая мимикой, какое оно, по их мнению, на вкус. Причем первым начинает взрослый, а дети отгадывают (кислое, сладкое, горькое, вкусное и т.д.). Педагог нацеливает детей на то, что каждому может показаться яблоко на вкус разным, и от этого будет зависеть мимика.

Этюды

Этюд «Хвастливый заяц»

Цель: развитие умения передавать характер с помощью движения, мимики, голоса.

Заяц гордо хвастается. Голова откинута назад. Голос громкий, уверенный.

Этюд повторяется несколько раз разными детьми.

Этюды – настроения

Цель: развитие умения передавать эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов.

Грустное настроение – брови сведены, глаза потуплены, смотрят вниз, уголки рта слегка опущены.

Настроение радости – веселые глаза, приподнятые уголки рта.

Этюд «Изобрази жестом»

Цель: развитие выразительности жестов, движений, мимики.

Дети, стоя в кругу, жестами изображают слова, которые им называет педагог:

«высокий», «маленький», «там», «я», «до свидания», «здравствуй», «нельзя», «иди сюда», «уходи отсюда», «тише» и др.

Этюд «Глухая бабушка»

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой (роль бабушки исполняет педагог), которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук, так как она ничего не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Саша?» (называет имя любого ребенка), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?», «Где мама?» и т.п. ребенок жестами отвечает.

Этюд «Тише»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок. Детям предлагается так перейти дорогу, чтобы не разбудить котенка, знаками показывая друг другу: «тише!».

Этюд «Ласка»

Детям предлагается показать, как они любят свою игрушку, котеночка, собаку и т.д.

Этюд «Вкусная конфета»

У педагога в руках воображаемый кулек с конфетами. Он протягивает его по очереди детям. Они берут по одной конфете, жестом благодарят, разворачивают обертку и берут конфету в рот, показывая мимикой и жестами, какие они на вкус.

Этюд «Невоспитанный мышонок»

Мышонок идет по лесу. С ним здороваются зайцы, белки, а он отворачивается.

Этюд «Мышонок хочет играть с друзьями»

Мышонок подбегает к друзьям, а они отворачиваются от него.

Этюд «Мышонок мирится с друзьями»

Мышонок подбегает к зайцам, белкам, другим животным, которых дети могут выбрать по желанию, и говорит им вежливые слова.

Игры-пантомимы

Игра – пантомима «Утка»

Цель: развитие пантомимических навыков, мелкой моторики рук.

Педагог читает стихотворение:

Пестрая утка на камне сидела, Утка пугала в реке пескаря:

В толстую дудку утка гудела «Кря, кря, кря!»

Во время чтения дети стоят, заложив руки за спину, переваливаясь с боку на бок.

Реплику утки говорят громко все вместе.

Педагог встает в отдалении от детей и зовет их, поставив на пол воображаемую миску с кормом:

- Утятки мои, идите ко мне. Я вас покормлю.

Педагог уточняет и показывает: как ходят утки, как они машут крыльями.

Вытягивают шеи, едят.

Игра – пантомима «Лиса»

Цель: развитие пантомимических навыков, умения свободно двигаться.

Педагог предлагает детям во время чтения стихотворения изобразить характерные особенности движений, голоса, мимики лисы, побуждая показать наиболее выразительный образ:

Ступает мягко, хитрее всех,

Пушистый хвост, рыжий мех!

Голосом ласковым говорит она.

Что за красавица эта лиса!

Игра – пантомима «Озорной щенок»

Цель: развитие пантомимических навыков и творческого воображения.

Исполнитель вскакивает, кивает головой, машет хвостом и пр.

Игра – пантомима «Щенок ищет»

Исполнитель заглядывает под стол, стул, оглядывается, прислушивается, вертит головой и т.д.

Игра – пантомима «Гордый петушок»

Исполнитель идет, высоко поднимая ноги, хлопает крыльями по бокам, кричит «Ку-ка ре-ку!» и пр.

Игра – пантомима «Пугливый мышонок»

Ребенок сжимается в комочек с испуганным выражением мордочки, пытается спрятаться, стать незаметным.

Игра – пантомима «Злая собака»

Исполнитель с широко открытыми глазами зло рычит, лает.

Картотека 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 450 («домиком»)).

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

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

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

Для старшего возраста:

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

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

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

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

Исходные позиции рук

Внизу– руки опущены вдоль тела.

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

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

В стороны – плечи и руки составляют одну прямую линию.

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

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

«Поясок» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди. Плечи и локти слегка 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 пояс» - если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот. Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

Дети стоят лицом друг к другу:

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

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

Движения рук

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

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

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

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

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

Хлопки

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

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

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

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

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

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

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

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

Хлопки в парах:

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

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

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

Виды шага

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

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

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

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

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

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

Высокий шаг – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

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

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

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

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

Шаг на носках:

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

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

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

Шаг окрестный вперед-назад («косичка») – хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45° вправо или влево а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

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

Прыжки

На одной ноге:

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

«Часики» - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 360°.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

«Лесенка» - техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков

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

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

На двух ногах:

Подскок – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

«Веровочка» - на «раз» - прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносятся вперед. На «два» - все повторяется с правой (левой) ноги. Этот прыжок можно выполнять как на месте, так и с продвижением вперед.

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 неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

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

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

Полуприседание с поворотом корпуса – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

«Ковырялочка»:

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

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

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

«Самоварчик» - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой –

хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

«Елочка» - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45°. на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

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

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

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

Все на «пружинке».

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

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

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

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

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

• Танцевальные движения для мальчиков 6-7 лет:

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

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

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

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

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

Поклон

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

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

Построения

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

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

Цепочка – дети стоят вполборота друг за другом, держась за руки.