

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД № 43 «ГНЕЗДЫШКО» ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

445017, РФ, Самарская область, г.Тольятти, ул. Гагарина, 12 тел. (8482) 26-32-12, 79-92-02, факс. 26-32-12,
chgard43@edu.tgl.ru

ПРИНЯТО

На заседании
педагогического совета №5
МБУ детского сада № 43 «Гнездышко»
«31» мая 2019 г.



УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МБУ
детского сада № 43 «Гнездышко»
«Гнездышко» от 31 мая 2019г
Е.Н. Постникова

**Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная
общеразвивающая программа**

Физкультурно-спортивной направленности

для детей дошкольного возраста (6-7 лет).

«ЧУДЕСНАЯ ЛЕНТОЧКА»

(для детей 6-7 лет)

Срок реализации программы: 1 год (28 часов)

Авторы: Халиллулина Г.Ф., Савельева Ю.И.

г. Тольятти

2019г.

Содержание

1. Пояснительная записка

- 1.1. Направленность Программы
- 1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность
- 1.3. Цель и задачи программы

2. Содержание Программы

- 2.1. Учебный план
- 2.2. Учебно-тематический план
- 2.3. Планируемые результаты

3. Комплекс организационно-педагогических условий

- 3.1 Календарный учебный график
- 3.2. Условия реализации Программы
- 3.3. Формы контроля
- 3.4. Список литературы

Приложения

Приложение 1. Содержание занятий Программы

Приложение 2. Диагностические методики для оценки эффективности реализации Программы

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Чтобы быть здоровым, нужно владеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении, где строится здоровье сберегающий педагогический процесс.

Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни.

В Федеральном Государственном образовательном стандарте дошкольного образования образовательная область «физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: «двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений».

Здоровье детей - главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества.

1.1. Направленность программы

Программа составлена с учетом меж предметных связей по областям: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «художественно-эстетическое развитие». Отличительная особенность организации занятий – это эмоциональная выразительность использованных движений и непосредственная связь с музыкой. В процессе выполнения движений с лентой, у детей развиваются музыкальные способности, внимание, зрительная и двигательная память, музыкальный слух, чувство ритма, музыкальная восприимчивость.

Положительные эмоции детей вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на деятельность всех органов, всесторонне развиваются все важнейшие мышечные группы дошкольников. Занятия помогают психологически раскрепостить ребёнка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Возможности применения упражнений танцевально-ритмической гимнастики довольно широки.

1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

Новизна программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально-ритмической деятельности: образно – игровые композиции (инсценированные песни, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные,

пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие по типу детской аэробики, музыкальные игры.

Здоровье детей - главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества.

Поскольку ребёнок имеет неограниченную потребность в тех или иных видах деятельности, постольку перед нами возник вопрос: как ребёнку предоставить возможность совершенствовать двигательную деятельность, максимально разнообразить её, и раскрыть способности талантливых детей. Это подтолкнуло нас организовать работу кружка по ритмической гимнастике «Чудесная ленточка», где дети имеют возможность реализовать двигательные, музыкальные, хореографические способности.

1.3. Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для физического развития детей через ритмическую гимнастику с ленточкой.

Задачи:

Оздоровительные

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям.
3. Правильное формирование и укрепление разных групп мышц опорно-двигательного аппарата (крупные, средние, мелкие).
4. Совершенствование дыхательного аппарата, через осуществление контроля за правильным дыханием во время движений.

Образовательные

1. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
2. Развитие двигательных способностей детей и физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость)
3. Формирование у детей умений и навыков правильного выполнения движений.

4. Совершенствование и пополнение запаса навыков музыкально-ритмических движений с гимнастической лентой.

Воспитательные

1. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
2. Воспитание чувства уверенности в себе.
3. Воспитание доверительных отношений между взрослым и детьми.

Адресат программы: дети дошкольного возраста (6-7 лет).

Объем программы: 28 учебных часов.

Условия реализации

Занятия проводятся в музыкальном или спортивном зале, где дети могут свободно передвигаться.

На занятиях ритмической гимнастике используется групповая форма работы с детьми (в группе не более 10 человек).

Зал для проведения занятий должен быть оборудован музыкальной аппаратурой.

Программа рассчитана на детей, не имеющих медицинских и иных противопоказания к двигательной активности.

Данная программа предназначена для детей дошкольного возраста 6-7 лет подготовительной к школе группы детского сада.

Режим занятий: 1 раз в неделю (30 минут).

Срок реализации программы: 1 год (28 часов).

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа проводится в течение одного учебного года, с периодичностью 1 раз в неделю. Содержание программы (**Приложение 1**)

Принципы обучения музыкально-ритмическим движениям

1. Дидактики - от простого к сложному.
2. Систематичности.
3. Комплексная реализация целей: развивающая, воспитывающая.
4. Коммуникативной направленности.
5. Наглядности.

6. Повторности.

7. Самостоятельности.

8. Сотрудничества.

Каждый из перечисленных принципов направлен на достижение результата обучения музыкально–ритмическим движениям, овладение детьми элементарными двигательными навыками и умениями.

Ключевые понятия:

В Программе применяются следующие понятия и термины с соответствующими определениями (в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»):

- **игровая деятельность** – форма активности ребенка, направленная на процесс действия и способы его осуществления, характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции;

- **выпад** - это быстро выполняемый шаг с переносом большей части веса тела на шагающую ногу;

- **вырастание** - поднимаемся на полупалец, мы вытягиваемся, вырастаем;

- **группировка** - одно из понятий, помогающих описать принципы, лежащие в основе построения танцевальных движений. Синоним слова сгруппироваться - собраться. При группировке руки и ноги подтягиваются и поджимаются. Полная группировка - это поза зародыша: сидя на корточках, ноги вместе, колени согнуты полностью, голова наклонена к коленям, руки согнуты, кисти рук охватывают шею;

- **мах** - этот термин используется для описания движений руками и ногами. Мах отличается от броска тем, что это проходящее движение: во время выполнения маха не делаются какие-либо акценты в воздухе, в махе нет фиксированной точки в середине движения, мах выходит из начальной точки и приходит в конечную;

- **подшаг** - маленький шаг. Если мы движемся в каком-то направлении несколько счетов, употребляется термин по ходу движения, или просто по ходу. полный присед - положение сидя на корточках, но с ровной спиной;

- **Полу присед** - промежуточное положение между полным приседом и положением стоя. Полу присед может быть разной глубины;
- **счет** - немаловажное понятие, без которого трудно разобрать танец на составные части. Чтобы просчитать музыку, нужно услышать ритм. Легче всего это сделать, слушая ударные инструменты;
- **танец** - вид искусства, в котором средством создания художественного образа являются движения, жесты танцовщика и положения его тела;
- **танцевальная композиция** - это полностью поставленный танец, он может быть как «длинной в песню», так и короче. Обычно танцевальная композиция длится от 1,5 до 5 минут;
- **танцевальная комбинация** - нечто среднее между связкой и композицией, обычно ее продолжительность составляет 1—2 восьмерки.

Технические моменты упражнений с лентой

В процессе овладения упражнениями с лентой, приобретают разнообразный двигательный опыт, совершенствуют умение управлять движениями рук и особенно кистей.

Упражнения с лентой способствуют развитию подвижности в суставах и силы мышц плечевого пояса и рук, тонкой и сложной мышечной координации, связанной с умением выполнять сильные, широкие движения туловищем и рукой, а также мелкие, быстрые движения только рукой. Упражнения с лентой характеризуются слитностью, динамичностью и пластичностью движений. Движения с лентой, выполняемые в сочетании с разнообразными движениями тела (прыжками, бегом, равновесиями и т.д.), оказывают значительное физиологическое воздействие на организм в целом.

Упражнения с лентой делятся на махи и круги, восьмерки, змейки, спирали.

В начале изучения упражнений с лентой необходимо освоить хват палочки. Ее держат свободно тремя пальцами — большим, указательным и средним. Конец палочки слегка упирается в ладонь у основания большого пальца. Указательный палец является как бы продолжением палочки.

Махи и круги в зависимости от величины радиуса вращения ленты могут быть большими, средними и малыми. При выполнении больших махов и кругов палочка и кисть составляют прямую линию. Махи и круги выполняются в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях, по часовой стрелке и против часовой стрелки.

Восьмерки подразделяются: на вертикальные, горизонтальные и выполняются в трех основных и промежуточных плоскостях, по полу и по воздуху.

Махи, круги и восьмерки лентой при их изучении на месте сопровождаются пружинными движениями ног.

Змейки бывают вертикальные (зубцы ленты вертикально полу) и горизонтальные (зубцы горизонтально полу), выполняются по полу и по воздуху. Змейки выполняются только движением кисти, при слегка согнутом локте: либо ее сгибанием и разгибанием (вертикальная змейка), либо отведением и приведением (горизонтальная змейка). Змейки выполняются быстро, но с полной амплитудой, хват палочки свободный. Зубцы ленты должны быть частыми, одинаковыми по высоте. Обучение начинается с движений по полу. Рисунок змейки не должен изменяться из-за соприкосновения ее с полом. При движении змейки по воздуху повышается частота движений кистью..

Спирали выполняются круговыми движениями предплечья и кистью, локоть свободно согнут. Витки спирали должны быть одинаковыми по величине и располагаться близко один к другому. Спирали бывают вертикальными и горизонтальными (соответственно витки вертикально полу или горизонтально), направление движения определяется по часовой стрелке или против нее. При выполнении вертикальной спирали палочку держат параллельно полу, при выполнении горизонтальной — палочка обращена вверх или вниз.

Общие особенности техники упражнений с ленточками

К средствам художественной гимнастики относятся: строевые, общеразвивающие, акробатические и прикладные упражнения, а также элементы танца, специальные упражнения без предмета и с предметами (мячом, скакалкой,

лентой, обручем), специальные упражнения на согласование движений с музыкальным сопровождением.

Эти средства предоставляют большие возможности для разностороннего воздействия на занимающихся. Повышение у них функциональных возможностей организма, развитие координации движений, быстроты и точности двигательных реакций, гибкости, прыгучести, выносливости к мышечной работе, памяти на движения, чувства ритма, музыкального слуха, воспитание эстетических, нравственных и других личностных свойств, формирование правильной, красивой осанки.

К элементам художественной гимнастики относятся разновидности шагов и бега, пружинные движения, «волны» и волнообразные движения, махи и взмахи, равновесия, повороты, прыжки, элементы народных и бальных танцев, упражнения с предметами.

Разновидностями шагов и бега являются следующие движения.

Мягкий шаг. Он выполняется перекатом с носка на всю стопу с незначительным сгибанием ноги в коленном суставе.

Высокий шаг выполняется с подниманием согнутой ноги (бедро и голень образуют прямой угол).

Острый шаг выполняется резко, отрывисто, из стойки на всей стопе небольшим шагом вперед, стопа другой ноги — на носок.

Широкий шаг выполняется выпадом вперед с разноименным движением рук.

Перекатный шаг выполняется из стойки на носках небольшим перекатом с носка на всю стопу, одновременно с этим сгибая и разгибая ногу в коленном суставе, встать на носок, другую вперед-книзу. Движение повторяется с другой ноги.

Пружинный шаг выполняется аналогично перекатному шагу, но в быстром темпе, резко и энергично.

Бег, в отличие от ходьбы, имеет безопорную фазу и выполняется интенсивнее шага. Движения рук при выполнении ходьбы и бега могут быть различными.

Пружинные движения характеризуются одновременным сгибанием во всех суставах и последующим их разгибанием. Они выполняются равномерно, непрерывно, упруго, с большим мышечным напряжением и различной скоростью.

Равновесия подразделяются на статические и динамические.

Динамические равновесия — это равновесия с изменением положения туловища и свободной ноги.

К элементам бальных танцев относятся галоп, полька, вальс и др. К элементам народных танцев относятся русский попеременный, припадание, веревочка, ковырялка, шаг с притопом и т.д.

УТВЕРЖДАЮ

Приказом от «___» ___ 201__ г.

Заведующий МБУ детский сад

№ 43 «Гнёздышко»

_____ Постникова Е.Н.

2.1. Учебный план

дополнительной образовательной программы для тетей 6-7 лет

физкультурно-спортивной направленности

«Чудесная ленточка»

Блок программы	Всего часов	Теор.	Практ.	Формы контроля
Основной блок (занятия по дополнительной образовательной программе)	840 мин	-	840 мин	Наблюдение, рефлексия
Диагностический блок (по итогам реализации программы)	30 мин		30 мин	Наблюдение, анализ
Итого	870 мин	-	870 мин	

УТВЕРЖДАЮ
 Приказом от «__» ____ 201__ г.
 Заведующий МБУ детский сад
 № 43 «Гнёздышко»
 _____ Постникова Е.Н.

2.2. Учебно-тематический план

дополнительной образовательной программы для тетей 6-7 лет
 физкультурно-спортивной направленности

«Чудесная ленточка»

№ п/п	Название занятия	Количество часов			Формы организации и занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	«Движение – это здоровье Беседа: «История развития ритмической гимнастики»	30 мин	-	30 мин	Групповая (Гр.)	Наблюдение, Рефлексия (Н, Р)
2.	«Музыкально– ритмические упражнения с лентами. Танец «Бабочки»	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
3.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
4.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
5.	Разучивание танца «Нежность» с лентой Р.Клаудерман Музыка любви»	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
6.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
7.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
8.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
9.	Разучивание танца «Снежинок» - «Серебристые снежинки»	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
10.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
11.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
12.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
13.	Разучивание танца с лентами «Мир, который нужен мне» А. Ермолов	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
14.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
15.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
16.	Разучивание танца «Мамочка – роза в моем саду» Е.Зарицкая	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
17.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
18.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
19.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
20.	Танец-этюд «Подснежник» муз. П.Чайковского «Подснежник»	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
21.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
22.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
23.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
24.	Разучивание танца «Танец с цветными лентами» С. Ротару «Аист на крыше»	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
25.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
26.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
27.		30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
28.	Показательные выступления	30 мин	-	30 мин	Гр	Н, Р
Итого: 32 занятия		840 мин (14 ч)	-	840 мин (14 ч)		

2.3. Планируемые результаты освоения программы.

Целенаправленная работа с использованием предмета в ритмической гимнастике, позволит достичь следующих результатов:

- Общее укрепление здоровья детей, правильно-сформированные группы мышц опорно-двигательного аппарата.
- Сформированность навыка физической активности, музыкально-ритмических движений с лентами.
- Повышение работоспособности детей, снижение утомляемости, выработанная правильная осанка, ритмичность, гибкость и пластичность движений.
- Сформированность у ребенка потребности к систематическим занятиям физической культурой, к соблюдению норм здорового образа жизни, установка на освоение ценностей физической культуры, укрепление здоровья и культурное развитие в условиях физической активности, направленной на физическое совершенствование.

Имеет понятия:

- о процессе совместных игр и движениях под музыку
- о чувстве такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Умеет:

- умеет начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- умеет выражать свои эмоции – радость, грусть, страх.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Календарно-тематическое планирование дополнительной образовательной программы для тетей 6-7 лет физкультурно-спортивной направленности «Чудесная ленточка»

№ п/п	Тематика	Направление деятельности	Кол-во часов в неделю
Октябрь 1 неделя	«Движение – это здоровье Беседа: «История развития ритмической гимнастики»	Заинтересовать детей танцевально-ритмической деятельностью; объяснить значение физических упражнений для правильного развития), элементарные правила ритмической гимнастики.	1
Октябрь 2 неделя	«Музыкально– ритмические упражнения с лентами. Танец «Бабочки»	Обучать навыкам работы с предметами (лентами), элементарным позам, добиваться от детей точности выполнения движений, развивать гибкость, пластичность, формировать правильную осанку	1
Октябрь 3 неделя			1
Октябрь 4 неделя			1
Ноябрь 1неделя	Разучивание танца «Нежность» с лентой Р.Клаудерман «Музыка любви»	Разучить новый танец. Формировать правильную осанку, содействовать развитию чувства ритма, внимания, уметь согласовывать движения с музыкой; продолжать отрабатывать упражнения с лентой	1
Ноябрь 2неделя			1
Ноябрь 3неделя			1
Ноябрь 4неделя			1
Декабрь 1неделя	Разучивание танца «Снежинок» «Серебристые снежинки»	Развивать двигательные качества, музыкально – ритмические и творческие способности детей на занятиях по гимнастике	1
Декабрь 2неделя			1
Декабрь 3неделя			1
Декабрь 4неделя			1
Январь 2неделя	Разучивание танца с лентами «Мир, который нужен мне» А. Ермолов	Разучить новый танец, вводя усложнение движений, добиваться свободного и слитного выполнения упражнений, формировать правильную осанку.	1
Январь 3неделя			1
Январь 4неделя			1

Февраль 1 неделя	Разучивание танца «Мамочка - роза в моем саду» Е.Зарицкая	Разучить новый танец. Закреплять двигательный навык, добиваться от детей точности выполнения движений, развивать гибкость, пластичность,	1
Февраль 2 неделя			1
Февраль 3 неделя			1
Февраль 4 неделя			1
Март 1 неделя	Разучивание танца Танец-этюда «Подснежник» муз. П.Чайковского «Подснежник»	Разучить новый танец, повторить ранее пройденные, совершенствовать двигательный навык, Развивать у детей мышечную силу, пластичность	1
Март 2 неделя			1
Март 3 неделя			1
Март 4 неделя			1
Апрель 1 неделя	Разучивание танца «Танец с цветными лентами» С. Ротару «Аист на крыше»	Разучить новый танец .Формировать правильную осанку, совершенствовать ритм, движения с музыкой, формирование индивидуального стиля.	1
Апрель 2 неделя			1
Апрель 3 неделя			1
Апрель 4 неделя			1
Май 2 неделя	Показательные выступления	Продемонстрировать спортивную технику, достижения, пропагандировать физическую культуру и ритмическую гимнастику.	1
Итого:		28 занятий	

3.2. Условия реализации Программы

Структура занятия

1 блок – подготовительный. Прежде чем заставить активно работать мышцы и связки детей, их надо к этому подготовить. Это значит, что до приседаний, наклонов, растягиваний и других упражнений необходимо слегка разогреться.

Поэтому занятие начинаем с упражнений, которые ускоряют кровообращение, усиливают дыхание, поднимают настроение детей. Это

различные виды строевого и танцевального шага, бег, упражнения на развитие мышц плечевого пояса.

2 блок – основной. В него включаем упражнения, которые обеспечивают разностороннюю физическую подготовку и помогают освоить элементы ритмической гимнастики:

- партерная гимнастика;
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных;
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Приучаем детей перед выполнением движений под музыку правильно занимать исходное положение, соблюдать координацию движений рук и ног, следить за осанкой. Добиваемся от детей не просто освоения движения, а качественного, выразительного его исполнения. Конечно, это сложная задача, но вполне осуществимая, т.к. в своей работе с детьми учитываем следующие принципы: систематичность, постепенность, последовательность.

Дети не смогут выполнять движения свободно и красиво, если танец разучивается сразу, без предшествующих подготовительных упражнений, направленных на освоение необходимых двигательных, танцевальных навыков. Систему упражнений выстраиваем по принципу «от простого к сложному», с учетом всех необходимых навыков, при условии многократного повторения заданий. Однако следует помнить о возрастных особенностях детей, двигательном режиме, быстрой утомляемости от одних и тех же упражнений.

Для игрового творчества детям предлагаем задания на развитие воображения: через образы цветка, воды, дождя, ветра, животных. Учим понимать язык музыки и выражать его в танце.

3 блок – заключительный

- музыкальная игра;
- построение, поклон.

Переход от активных движений к малоподвижной деятельности, следует делать постепенно. Поэтому, завершая занятие, выполняем 2-3 более легких упражнения. Они успокаивают возбуждение сердца и дают отдых мышцам.

Плавные движения руками, спокойная ходьба, упражнения на осанку, расслабление различных групп мышц помогают привести организм детей в нормальное состояние и переключиться на другие виды деятельности.

Ресурсное обеспечение:

- помещение для занятий;
- музыкальная аппаратура;
- тематический план;
- наглядный материал;
- гимнастические ленточки разных цветов по 2 на ребенка;
- обручи.

3.3. Формы контроля

- **в процессе занятий:** наблюдение, рефлексия педагога;

- **констатирующий и контрольный этап диагностического обследования детей,** по результатам которых составляется аналитический отчет о результативности деятельности педагога-психолога, реализующего программу.

Оценочные материалы (Приложение 2)

3.4. Список литературы

1. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб; «Детство – ПРЕСС», 2000.
2. Ротэрс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
3. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. Автор Пензулаева Л.И., Москва 2003 г
4. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей. Санкт Петербург ЛОИРО 2000г.
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

6. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом.

7. <https://doc4web.ru/muzika/muzika-muzikalnie-igri-narodov-mira.html>

8. http://roshds10.edumsko.ru/activity/additional_groups/articles/2

9. http://secret-terpsihor.com.ua/методический_кабинет/20150222427/методический-кабинет/l/id-меню-154.html

Приложение 1. Содержание занятий программы

Содержание программы по этапам реализации

Этапы	Содержание	Пояснения	Срок реализации
<p>Вводный этап</p> <p>Движение – это здоровье</p>	<p>Беседа: «История развития ритмической гимнастики» Формировать правильную осанку, содействовать развитию чувства ритма, внимания, уметь согласовывать движения с музыкой.</p>	<p>Необходимо осветить такие вопросы: для чего нужен спорт в раннем детстве (обратить внимание на значение физических упражнений для правильного развития); объяснить элементарные правила ритмической гимнастики. Формы проведения: беседа, игра-испытание.</p>	<p>Октябрь</p>
<p>Требования к одежде и обуви</p>	<p>– Гигиена занятий; – одежда и обувь для занятий; – влияние занятий физической культурой на рост и развитие.</p>	<p>Формы проведения: беседа, рассказ.</p>	<p>Октябрь</p>
<p>Основной этап</p> <p>Общая физическая подготовка</p>	<p>Строевые упражнения: – построение; – выравнивание; – ходьба на месте и в движении; – переход с шага на бег и обратно. Общеразвивающие упражнения: – для рук и плечевого пояса; – для шеи и туловища: – для ног; – для мышц голени и</p>	<p>При выполнении строевых упражнений необходимо добиваться строгого соблюдения интервалов и дистанций. При передвижении по залу используются маршевый шаг, различные виды ходьбы и бега с переменной темпа, ритма и скорости движения. Упражнения следует выполнять с чередованием мышечного напряжения и расслабления, в</p>	<p>В течение года</p>

	<p>стопы; – для развития быстроты, ловкости, общей выносливости – элементарные позы; – движения отдельными частями тела, стойка на носках; ласточка.</p>	<p>разном темпе и ритме.</p>	
<p>Танцевальные упражнения</p>	<p>Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; скрестный шаг; русский хороводный; шаг с поворотом на 180* галоп прямой и боковой; шаг с притопом; русский шаг- «припадание»; «гармошка»; «ковырялочка»; тройной шаг с притопом; хлопки, прыжки, построения и перестроения, упражнения с атрибутами, комбинации из танцевальных шагов</p>	<p>Так как эти движения несложны, целесообразно использовать целостный метод обучения. Для повышения интереса использовать сюжетные упражнения: «Кто ходит так тихо?», «Кто так высоко поднимает ноги?»</p>	<p>Октябрь - май</p>
<p>Акробатические упражн. и элементы художественной</p>	<p>– Стойка на лопатках; – «мост» из положения лежа; – «корзиночка»; – полу шпагат</p>	<p>В ходе обучения исходить из возрастных особенностей и физической подготовленности детей. Использовать</p>	<p>Октябрь - май</p>

<p>гимнастики</p> <p>Партерная гимнастика</p>	<p>Виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на гибкость («мостик», «берёзка», «птица», «книжка»), «корзиночка» на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея»).</p>	<p>наглядные пособия и показ. Прибегать к образным сравнениям, активизирующим подражательные способности детей Развивать у детей мышечную силу, способность к равновесию, точности выполнения движений, гибкость, пластичность, формировать правильную осанку.</p>	
<p>Упражнения с лентой</p>	<p>– Качания и махи лентой; – круги в различных плоскостях; вращения вперед – назад волны: – вертикальные и горизонтальные.</p>	<p>Ввиду высокой интенсивности упражнений их требуется дозировать.</p>	<p>Октябрь - май</p>
<p>Музыкально-ритмическая подготовка – музыкальные игры. Игры и игровые упражнения: сюжетные игры; обучающие игры; игры с преимущественны</p>	<p>«Танцевальные догонялки» игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй» «Мяч по кругу»; «Давайте все делать как я»; Вальс Дружбы» Танец-игра «Лавота»; «Ну-ка, повторяй» «Завивайся, ниточка,</p>	<p>Перед началом игры учитель объясняет ее ход и правила. После игры необходимо дать объективный анализ поведения всех играющих, соблюдения ими правил. Воспроизводить звуки хлопками. Содействовать развитию</p>	<p>В течение всего года</p>

м воздействием на двигательные качества;	в клубок «Карнавал животных» Игра со стульями	музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;_развивать скоростно-силовые и координационные способности,_формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку .Используя приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования	
Заключительный этап Показательные выступления	Подготовка номеров для выступления на различных мероприятиях		Конец учебного года, май

Репертуар

Танцевальный репертуар	Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования	Срок реализации
Танец «Бабочки»	- название упражнения	- уточнение двигательных действий;	- закрепление двигательного навыка;	октябрь
Спортивный танец с атрибутами	- показ;	- понимание закономерностей движения;	выполнение упражнений более высокого уровня;	ноябрь
«Музыка Танец«Нежность» с лентой Р.Клаудерман любви»	- объяснение техники;	усовершенствование ритма;	- использование упр. в комбинации с другими	декабрь
Танец «Снежинок» «Серебистые снежинки»	- опробования	- свободное и		

Танец с лентами «Мир, который нужен мне» А. Ермолов	упражнения	слитное выполнение упражнения.	упражнениями; - формирование индивидуального стиля.	январь
«Мамочка— Роза в моём саду» Е. Зарицкая				февраль
Танец- этюд «Подснежник» муз. П. Чайковского «Подснежник»				март
Танец с цветными лентами С. Ротару «Аист на крыше»				Апрель май

ТАНЕЦ «БАБОЧКИ»

Цель: - обучать навыкам работы с предметами (лентами);

Задачи:

- развивать музыкально-ритмические, двигательные навыки, умение слушать музыку и выполнять движения под музыку в соответствии с ритмом, характером музыкального произведения, учить передавать посредством движений характер музыки, чувства, настроение и с помощью выразительного движения создавать образ;

- разучить танец с лентами;

- совершенствовать навыки ориентирования в пространстве, координации движений, физические умения и навыки;

- укреплять здоровье детей, работать над совершенствованием правильной осанки.

- развивать творческие способности, воображение, фантазию, развивать восприятие, внимание, мышление;

Вводная часть. Организационный момент. Рассказ о занятии и танце.

Разминка.

Становимся в круг:

а) Ходьба по кругу на полу пальцах, руки наверху в замочке

б) ходьба на пяточках, руки за спиной

в) марш, руки на поясе

г) бег на полу пальцах, руки назад, спина выгнута (лебеди)

д) прыжки на двух ножках (зайчики)

- е) подскоки, руки на поясе
- ж) галоп, руки на поясе
- з) спокойная ходьба (вдох-выдох)

3. Основная часть

Музыкально – ритмические упражнения с лентами.

Танец «Бабочки»

Детям раздаются по две ленточки одного цвета.

а) Изучение движений, использующихся в танце без музыкального сопровождения.

И.п. - стоя на месте по 6 позиции перед зеркалом, руки с лентами опущены вниз.

б) Работа над танцем с музыкальным сопровождением.

(Используется аудиозапись Танец с лентами «Бабочка».)

И.п. - стоя на месте по 6 позиции перед зеркалом, руки с лентами опущены вниз.

1-4 т. – стоя на месте, выполняют плавные взмахи обеими руками вверх – вниз.
2р.

5-8 т. – поворот вокруг себя

1-8 т. – переход с ноги на ногу, движения руками сначала вправо, потом влево

9-16 т. – кружение на высоких полу пальцах, руки в стороны.

1-8 т. – легкий танцевальный бег на полу пальцах по кругу.

9-16 т. – движение рук взмахи.

1-8 т. – поворот из круга и возвращение на исходную позицию.

1-2 т. – стоя на месте, лицом к зрителям взмах правой рукой

3-4 т. – правую руку опустить, вернуться в и.п.

5-6 т. – взмах левой рукой

7-8 т. – левую руку опустить, вернуться в и.п.

9-16 т. – дети выполняют кружение на высоких полу пальцах в парах, поднимая правые руки вверх

17-24 т. – то же движение, поднимая левые руки вверх.

1-8 т. – поворот направо, легкий танцевальный бег по кругу на полу пальцах, в сочетании с круговыми вращательными движениями рук.

9-16 т. – бег по кругу в обратном направлении в сочетании с движениями рук.

С окончанием музыки дети собираются в центре в и.п. стоя лицом к зрителям, руки с лентами опущены вниз. Заключительная часть. Собрать ленточки. Сделать поклон.

СПОРТИВНЫЙ ТАНЕЦ С ЛЕНТАМИ «НАFANANA»

(укороченная в проигрыше)

Вступление: дети стоят в порядке:

руки согнуты в локтях, далее под музыку первый ребенок выскакивает вперед, за ним все остальные, располагаются по залу в три ряда, руки в локтях согнуты, выполняют помахи лентами (шарами) с пружинкой.

1 куплет:

1(3) строчка: притопывая правой ногой, руки в согнутом положении выполняют махи лентами – 4 раза

2(4) строчка: то же в с левой ноги и в левую сторону - 4 раза

5 (7) строчка: руки вверх наклониться вправо – вернуться

6(8) строчка: то же в правую сторону

Припев:

На месте подпрыгнуть, руки вверх, подпрыгнуть – руки вниз – обернуться вокруг себя 4 раза

Проигрыш:

Выполнять «моторчик» снизу вверх и наоборот

Выполнять легкие махи на согнутых руках влево – 2 раза, вправо – 2 раза

В конце руки опустить

2 куплет:

Правая рука вперед, затем левая, правая – вверх, затем левая, правая на левое плечо, затем левая, правую опустить, затем – левую

Затем выполнять все в 2 раза быстрее – 2 раза

Припев: тот же

3 куплет: руки через стороны поднять постепенно вверх и махать, имитируя хлопки, ноги в пружинке

Припев: тот же

Окончание: дети кучкуются рядами: первый ребенок присаживается на корточки, 2 ряд наклоны вправо – влево, третий ряд – дети поднимают руки вверх.

«ТАНЕЦ СНЕЖИНОК»

«Серебристые снежинки» (обрезанная)

у девочек в руках ленточки (мишура)

Вступление:

1-2т: руками вперед/назад — 2 раза

3-4т: покружиться

5-8т: повторить 1-4т

1 куплет:

Покрыты поляны...: на пружинке руки вперед/назад — 4 раза

Стучит Дед Мороз...: на пружинке руки перед собой влево/вправо — 4 раза

И ветви деревьев...: сбежаться в центр, руки вверх

И тают снежинки...: отбежать назад, руки вниз

А жаль!: кружиться, руки в стороны

Припев:

Серебристые снежинки...: на пружинке описывать руками дугу — 4 раза

Серебристые снежинки...: сойтись — разойтись, руки вверх/вниз

Серебристые снежинки...: быстро махать мишурой перед собой

Только жаль...: кружиться влево/вправо

Проигрыш: бег по кругу, в конце присесть

«ТАНЕЦ С ЦВЕТНЫМИ ЛЕНТАМИ»

С. Ротару «Аист на крыше»

Исходное положение:

дети стоят в 2 ряда, в руках ленты, руки опущены.

1 куплет:

Где это было....: левая нога вперед — руки вверх — вернуться в ИП , повторить то же с правой ноги — 2 раза

Чудился мне...: 1 ряд делает 2 шага вперед, приседает

Символом...: 2 ряд — то же

Люди, прошу, не спугните...: 1 ряд подпрыгивает, руки вверх, 2 ряд подпрыгивает — руки вверх

Аиста вы! Качать лентами над головой

Припев:

Люди, прошу...: правой рукой выполнить круг — 2 раза

Потише...: то же самое левой рукой — 2 раза

Войны пусть...: покружиться, руки опустить

Аист на крыше(2 раза) левая нога вперед — руки вверх, вернуться в ИП - , повторить с правой ноги - 2 раза

Мир на земле: покружиться

Вступление:

стоят на месте, машут лентами вниз. В конце поворачиваются друг за другом, первый ряд — влево, 2 ряд — вправо, чтобы получился круг

2 куплет:

Аист на крыше... бегут по кругу, руки в стороны, в конце остановиться, повернуться в круг

Люди в Нью-Йорке... дети идут в круг, поднимая руки вверх

Верьте друг другу...: отходят назад, руки опускают

Аист на крыше... левая нога вперед — руки вверх, вернуться в ИП , повторить с правой ноги - 2 раза

И на земле! покружиться

Припев: тот же

Проигрыш: бег по кругу

Припев: тот же, в конце после кружения остановиться, руки вверх — трести лентами.

«МАМОЧКА — РОЗА В МОЕМ САДУ»

Е.ЗАРИЦКАЯ

Вступление: девочки стоят в кругу, руки с лентой опущены вниз, делая имитацию.

1 куплет:

Люди – цветы в саду, медленно поднимать ленты (змейкой) вверх

А души – стрекозы.

Много цветов в саду качать руками вправо/влево

Любой красоты.

Есть среди них в саду медленно опустить руки с лентой (змейка)

Прекрасные розы.

Только имей в виду- покружиться, руки в стороны («змейка» параллельно полу)

На розах шипы.

Припев:

Мамочка–роза в саду моём, руки вверх резко, с выпадом ноги,

покружиться

Неба синь, моря гладь. качать руками вверху(дуги над головой), опустить, качать влево/вправо через восьмёрку

Мамочка, нам хорошо вдвоём, руки вверх резко, с выпадом ноги, покружиться

Руку мне погладь. руки вверх резко, с выпадом ноги, покружиться

2 куплет:

Ты у меня цветок идти в круг, постепенно руки вверх(лента «змейкой») **Совсем без колючек.**

Светлого дня глоток качать лентами(восьмёрка) вправо/влево **И капля росы.**

Каждый твой лепесток, отойти обратно, помахивая лентами, **Как солнечный лучик.** опуская их вниз

Ты у меня цветок покружиться, руки в стороны **Волшебной красы.**

Припев (2 раза):

Мамочка–роза в саду моём, руки вверх резко, с выпадом ноги, покружиться

Неба синь, моря гладь. качать руками вверху, опустить, качать влево/вправо

Мамочка, нам хорошо вдвоём, руки вверх резко, с выпадом ноги, покружиться

Руку мне погладь. руки вверх резко, с выпадом ноги, покружиться

Речитатив:

мне приснился сад волшебных цветов, помахивают лентами над головой, **Я шла по его аллее,** медленно садятся и «змейка» по полу

но никто не замечал меня. на корточки, постепенно

Все склоняли свои чудесные головы опуская ленты **к ногам прекрасной феи.** на пол, склоняют голову.

Добрая королева роз, медленно встают, поднимая руки с лентой вверх, **это была моя мама!** махая ими, кружатся на носочках

ТАНЕЦ — ЭТЮД «ПОДСНЕЖНИК»

муз. П. Чайковского «Подснежник»

Исходное положение:

дети встают в круг в порядке: М-Д-М-Д, в руках у детей зеленые ленты — листья подснежников, на головах шапочки, приседают

Музыка А:

1-4т: медленно поднимаются девочки, руки постепенно вверх

5-8т: то же делают мальчики

9-16т: качать руками, в конце медленно опустить

повторение:

1-4т: через левую сторону поднять руку вверх, описать круг, опустить

5-8т: то же правой рукой через правую сторону

9-16т: обе руки через стороны поднять вверх, медленно покружиться

повторение:

повторить музыку А, не присаживаясь.

Музыка Б:

1-4т: девочки выполняют движения лентами вперед/назад, затем бегут в круг, мальчики в это время стоят и выполняют махи руками с лентами

5-8т: девочки отходят назад, махи руками

9-12т: повтор 1-4 т мальчиками

13-16т: возвращаются на свои места, махи

17-18т: активные махи руками вперед/назад выполняют все

19-20т: кружатся, руки в стороны

21-22т: махи руками

23-24т: кружиться

25-32т: махать лентами перед собой, постепенно замедляя

повторение:

повторять с 1 -32 такты

Музыка А1

повторение музыки А

Окончание

махи вверх/вниз, с постепенным замедлением в конце покружиться и остановиться, руки опустить и шелестеть ими внизу.

ТАНЕЦ «НЕЖНОСТЬ» (с лентой)

Р. Клаудерман «Музыка любви»

Вступление с небольшим ф- ным исполнением:

Медленно ручки поднять вверх, поддержать, затем опустить вниз

Музыка А

На счет 1-7: качать руками с лентами поочередно вперед – назад

На счет 1-7: покружиться, руки в стороны «змейкой»

На счет 1-7: руки перед собой, с пружинкой качать головой и руками вправо-влево – 3 раза

На счет 1-16 (с повтором): сойтись в кружок, руки вверх с ленточкой «змейкой» вертикально полу, отойти, руки

вниз – 2 раза, в конце повернуться друг за другом

Музыка А1

На счет 1-14 (с повтором): бег на носочках медленный по кругу, руки с Ленточкой перед собой, в конце остановиться

На счет 1-8: руки перед собой, с пружинкой качать головой и руками вправо-влево – 4 раза

На счет 1-8: сойтись в кружок, руки вверх, отойти, руки вниз

Музыка А2

На счет 1 — 7: Медленно ручки поднять вверх, поддержать, затем опустить вниз

На счет 1-7: качать руками с ленточкой поочередно вперед – назад

На счет 1-7: покружиться, руки в стороны

На счет 1-7:руки перед собой, с пружинкой качать головой и руками вправо-влево – 3 раза

На счет 1-16 (с повтором): сойтись в кружок, руки вверх, отойти, руки вниз – 2 раза

На счет 1-8: медленно поднять ручки вверх, потянуться

На счет 1-8: сойтись в кружок, «собрать ленточки вместе, общая «змейка» перпендикулярна полу.

СПОРТИВНЫЙ ТАНЕЦ С АТТРИБУТАМИ (ленты, мячи, обручи).

К. Паркер «Space 1977»

участвуют 9 детей: 3 с лентами, 3 с мячами и 3 с обручами

Вступление:

1-8т: выбегает ребенок с лентой, стоит не шевелясь

9-16т: выбегает второй ребенок с лентой

17-24т:выбегает третий ребенок с лентой ,дети стоят ровно, ленты не шевелят

Музыка А:

1-8т: дети крутят ленты 8 раз

9-16т: руки поднимать и опускать — 4 раза, после ленты перед собой,легко машут ими

Музыка А1:

1-8т: выбегают дети с мячами, держат их перед грудью

9-16т: ноги на ширине плеч, поочередно поднимают и опускают мячи, наклоняя руки вправо/влево, перенося тяжесть своего тела то на левую ногу, то на правую — 4 раза, останавливаются, мячи перед грудью, ноги пружинят, дети с лентами продолжают стоять и махать легко лентами перед собой.

Музыка А2:

1-8т: выбегают дети, руки с обручами, в конце поднять их над головой

9-16т: наклоны вправо/влево — 4 раза, в конце бручи опустить до уровня груди

Музыка Б:

1-14т: ленты — круги, мячи — подскоки, обручи — качать над головой,

15-16т:ленты, мячи, обручи — покружиться и присесть

Музыка А3:

1-8т: медленно поднимаются дети с лентами, ленты на полу

9-12т: медленно поднимаются дети с мячами, мячи на полу

13-16т: медленно поднимаются дети с обручами, обручи на полу

Музыка А4:

1-8т: дети выполняют подскоки на месте, руки на поясе

9-16т: на подскоках постепенно руки вверх — прохлопать 4 раза и опустить их вниз, взять атрибуты в руки

Музыка А5:

1-14т: ленты — круги, мячи — подскоки, обручи — наклоны влево/вправо

15-16т: кружиться, в конце присесть, атрибуты положить на пол.

Музыка вступления:

медленно поднимаются обручи (1-5т), мячи (6-12т), ленты(13-16т),
покружиться, руки вверх

Музыка вступления 1:

так же медленно присаживаются на корточки сначала обручи (1-5т),
мячи (6-12т), ленты (13-16т), в конце все резко встают.

Музыка А6:

1-8т: дети выполняют подскоки на месте, руки на поясе

9-16т: на подскоках постепенно руки вверх — прохлопать 4 раза и
опустить их вниз, взять атрибуты в руки

Музыка А7:

1-8т: все дети выполняют движения предметами вверх/вниз — 4 раза

9-16т: кружатся, мячи и обручи подняты вверх, ленты описывают круги
поднятой вверх рукой

Музыка А8:

1-16т: присесть, руки вниз/встать, руки вверх — 4 раза, в конце сделать
круг (2 ряд отбегает по сторонам, вливаясь в 1 и 3 ряд

Окончание:

1-8т: сбежаться в круг, руки с атрибутами вверх, качать ими

9-16т: отбежать назад, руки в ИП (ленты внизу, мячи и обручи перед
грудью). Повернуться друг за другом, мячи и обручи поднять вверх, ленты в
стороны и по кругу подскоками, в конце остановиться и атрибуты
поднять вверх.

ТАНЕЦ С ЛЕНТАМИ

«Мир, который нужен мне» А.Ермолов

Девочек можно поставить или в шахматном порядке.

Вступление :

девочки стоят, руки опущены вниз

1 куплет:

Я рисую на окне правую руку вверх

Он почти такой, как наш, опустить

Я рисую этот мир левую руку вверх

акварелью и гуашь. опустить

Краски яркие возьму руки вверх медленно

И закрасю серый цвет,

Нарисую ту страну,

Где для слез причины нет. покружиться

Где улыбки каждый день, наклон вправо, влево руки подняты,

Где почти всегда весна, вернуться в И.П - 2 раза, руки опустить

Где у всех, у всех людей

Очень добрые глаза.

Кто-то ищет целый век, руки вверх с переносом тела на правую

Где же счастье? Вот оно! ногу, руки опустить — 3раза, в конце

Здравствуй, добрый человек, покружиться, руки в стороны

Посмотри в мое окно!

Припев:

Ты посмотри: на моем окне присесть, руки опустить

Я рисую этот мир, встать, руки вверх

Где ни зла, ни горя нет. покружиться

Ты посмотри, будет этот мир,

Где добро всегда царит, повторить

Мир, который нужен мне!

2 куплет:

Я рисую новый мир, пусть моя не сохнет кисть,

Я рисую новый мир, эй, прохожий, обернись.

Если что то ты хотел в этой жизни изменить,

Нарисуй в своем окне мир, который должен быть. Повторять 1

И я верю, что когда каждый кисть свою возьмет, куплет

С наших окон доброта в настоящий мир войдет.

И наступит долгий век без обид и слез в глазах,

Где ты, добрый человек, это все в твоих руках!

Припев:

тот же

Проигрыш:

качать руками вперед - назад

Краски яркие возьму и закрасю серый цвет, руки вверх - вниз с переносом тела на правую (левую) ногу

Нарисую ту страну, где для слез причины нет. кружиться, руки в стороны, постепенно поднять вверх

Припев:

тот же

Повторять 2 раза

Мир, который нужен мне! – 3раза на 2 раз покружиться, сбежаться в круг, руки подняты, махать быстро лентами

Музыкальные игры

«Карнавал животных»

Под музыку Сен-Санса «Карнавал животных» дети должны изобразить характерные движения тех персонажей, о которых рассказывает произведение. Можно использовать наиболее образные фрагменты сюиты: «Куры и петухи», «Слоны», «Кенгуру», «Аквариум», «Королевский марш львов», «Лебедь».

Польская народная игра «Улыбнуться не забудь»

Руку ты должен мне протянуть,



Руку ты должен мне протянуть.

Правую руку, левую руку,

И улыбнуться не забудь.

Ребята стоят парами в кругу лицом друг к другу. Один стоит спиной к центру круга, другой – лицом. Образуется два круга – внутренний и внешний.

1-7-й такты. Дети обоих кругов поворачиваются и идут навстречу друг к другу, поднимая правые руки и кланяясь,

приветствуют проходящих партнёров.

8-й такт. Оба круга останавливаются, и пары поворачиваются лицом друг к другу.

9-1-й такты. Протягивают друг другу правые руки, затем левые.

13-16 такты. Берутся за руки и подскоками кружатся на месте. В конце фразы делают хлопок.

17-24-й такты. Повторяются движения 9-16 –го тактов. В конце партнеры меняются местами: стоящие во внутреннем кругу переходят во внешний и наоборот. Игра начинается сначала

«Давайте все делать, как я»



Исполняется в кругу, стоя на месте, с окончанием каждой фраз повторяются движения ведущего.

1. Давайте все делать, как я. (3 хлопка)

Давайте все делать, как я. (3 хлопка)

А ну-ка все вместе все враз, (3 хлопка)

Все делают дружно у нас. (3 хлопка)

2. Давайте все топнем, как я (3 притона)

Давайте все топнем, как я (3 притона)

А ну-ка все вместе все враз, (3 притона)

Все делают дружно у нас. (3 притона)



3. Давайте смеяться, как я. (Ха-ха-ха)

Давайте смеяться, как я. (Ха-ха-ха)

А ну-ка все вместе все враз, (Ха-ха-ха)

Все делают дружно у нас. (Ха-ха-ха)

4. Давайте чихнём все, как я. (Апчхи!)

Давайте чихнём все, как я. (Апчхи!)

А ну-ка все вместе все враз, (Апчхи!)

Все делают дружно у нас. (Апчхи!)



5. Давайте все прыгнем, как я (1 прыжок)

Давайте все прыгнем, как я (1 прыжок)

А ну-ка все вместе все враз, (1 прыжок)

Все делают дружно у нас. (1 прыжок)

(Игру с пением можно продолжить, добавив любой текст (давайте присядем, крикнем...))

Танец-игра "Лавата"



(Дети берутся за руки, идут по кругу)

1. Дружно танцуем мы: тра-та-та, тра-та-та! (топают ногами)

Танец весёлый наш – это «Лавата»!

Наши руки хороши, хороши, хороши (показывают руки),

Наши руки хороши, а у соседа лучше (*берут за руки соседа*)
Дружно танцуем мы: тра-та-та, тра-та-та! (*топают ногами*)
Танец весёлый наш – это «Лавата»!

Вед.: Ручки были?

Все: Были.

Вед.: Ноги были



Все: Нет

2. Наши ноги хороши, хороши, хороши (*держатся за колени*),

Наши ноги хороши, а у соседа лучше (*держатся за колени соседа*)

Дружно танцуем мы: тра-та-та, тра-та-та! (*топают ногами*)



Танец весёлый наш – это Лавата!

Вед.: Ручки были?

Все: Были.

Вед.: Ноги были

Все: Нет

Вед.: Плечи

Все: Нет

были?

3. Наши плечи
плечи),

Наши плечи хороши, а у соседа лучше (*держатся за плечи соседа*).

Дружно танцуем мы: тра-та-та, тра-та-та! (*топают ногами*)

Танец весёлый наш – это Лавата!

Игра продолжается до тех пор, пока у ведущего не иссякнет фантазия (локти, пятки, ...)

хороши, хороши, хороши (*держатся за*

Вальс дружбы.

Танцующие становятся парами лицом друг к другу, образуя два круга: внутренний и внешний. Мальчики стоят во внутреннем кругу, девочки во внешнем.

Раз, два, три – на носочки! Раз, два, три – на носочки!

Раз, два, три – повернулись! Хлопнули и разошлись!

1-2-й такты. Взявшись за руки, танцующие делают 2 качания вправо и влево)

3-й такт. Поднимаются на полупальцы, одновременно поднимая вверх соединенные руки.

4-й такт. Опускаются на всю ступню, руки – вниз.

5-8-й такты. Повторяются движения 1-4-го тактов.

9-10-й такты. Взявшись за руки, танцующие делают 2 качания вправо и влево.



11-12-й такты. Танцующие, разъединив руки, вальсом разворачиваются друг от друга и снова становятся на место.

13-й такт. Хлопок обеими руками перед собой.

14-й такт. Каждый танцующий делает шаг вправо (отходя от своей пары). Таким образом, происходит смена партнёров. Танец повторяется несколько раз.

«Завивайся, ниточка, в клубок»

Играющие стоят друг за другом, держась за руки. Ведущий под хороводную музыку ведет детей «змейкой», затем закручивает свою «ниточку» в спираль, потом обратным движением ее раскручивает. Движения сопровождаются текстом:

Завивайся, ниточка, в клубок,
Завивайся, тонкая, в клубок,
Свяжет бабушка хорошенький чулок.
Свяжет бабушка красивенький носок.
Развивайся, ниточка, скорей,
Развивайся, тонкая, скорей,
Свяжет бабушка чулочки подлинней,
Свяжет бабушка носочки попрочней.

Игра со стульями

Цель игры: развивать быстроту реакции, ловкость, умение слушать музыку и выполнять определенные движения в зависимости от того, продолжает она играть или уже остановилась. Обучить ребят играть в коллективе сверстников. Оборудование: 7 детских стульев, музыкальное сопровождение.

Возраст: 5- 6 лет.

Ход игры: подобная игра довольно хорошо проходит во время детских утренников и всегда доставляет ребятам большое удовольствие.

Для начала мероприятия необходимо выбрать 8 участников. Тот, кто окажется самым быстрым и внимательным, успев схватить одну из них, и становится участником игры.

Затем руководитель расставляет стулья равномерно на всей игровой площадке и просит выйти участников в центр.

Теперь, когда заиграет музыка, они должны бегать, прыгать, передвигаться на корточках (в зависимости от задания руководителя), но внимательно слушать, когда музыка прекратится.

Как только это произойдет, ребята должны как можно быстрее занять место на стуле. Тот ребенок, который не успеет этого сделать, выходит из игры, забирая с собой один стул.

Так в игре остается только 7 участников и 6 стульев. Таким образом мероприятие продолжается до тех пор, пока не определится финалист.

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка.

Диагностические мероприятия по отслеживанию результатов усвоения программы позволяют проанализировать успехи дошкольников на каждом этапе обучения. Предусматривается проведение стартового и итогового мониторинга обучаемости воспитанников. Педагогический анализ освоения программы проводится 2 раза в год методом наблюдения за детьми, в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий («Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребенка» А.И. Буренина).

Уровни развития танцевально-ритмических навыков

«1» - Низкий уровень. Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями

«1» - Низкий уровень – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

«2» - Средний уровень – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения частично соответствуют характеру музыки.

«3» - Высокий уровень – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки.

