



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 110»
(МБДОУ «Детский сад № 110»)**

ПРИНЯТО
на Педагогическом Совете
протокол № 4 от «24» 08.2016

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №110»
№ 102 от 24.08.2016 г.

Л.Н.Волегова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»**

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 110»**

**Срок реализации программы: 1 год
Программа ориентирована на детей от 5-6 лет**

Составители:
Волегова Л.Н., заведующий
Хворостинина Н.В., заместитель заведующего
Хрисанфова Н.В., педагог дополнительного образования

Нижний Новгород
2016

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Хореография»
Заказчик программы	Родители МБДОУ «Детский сад № 110»
Организация-исполнитель	МБДОУ «Детский сад № 110»
Год разработки	2016
Ф.И.О., должность автора и исполнителя	Волегова Л.Н., заведующий Хворостинина Н.В., зам. аведующего Хрисанфова Н.В., педагог дополнительного образования
Цель программы	Развитие основ хореографии, формирование средств музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.
Направленность программы	Художественно-эстетическая
Тип программы	Модифицированная
Срок реализации программы	1 год
Количество учебных часов	72 часа в год
Возраст обучающихся	5-6 лет
Режим занятий	2 раза в неделю
Форма проведения занятий	групповая
Краткое содержание программы	Программа «Хореография» предлагает систему работы с детьми 5-6 лет по развитию ритмической пластики.

Структура программы

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематический план.
3. Содержание изучаемого курса.
4. Методическое обеспечение.
5. Список литературы.

Пояснительная записка

Вторая половина двадцатого века и настоящее время характеризуется активизацией процесса формирования системы воспитания и развития детей средствами искусства. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку развитие представления воспитанников о пространстве и умение ориентироваться в нем. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку различные движения. Это дает возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивает способность переживать содержание музыкального образа.

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

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

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе учебных занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

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

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей среднего и старшего дошкольного возраста, уровня их знаний и умений, и имеет художественно-эстетическую направленность.

Цель программы:

Формирование средствами музыки и ритмических движений хореографических умений. Развитие способностей, качеств личности, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

Задачи:

Старшая группа 5-6 лет:

1. Учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.
2. Развивать эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма.

Актуальность

В связи с возрастающей учебной нагрузкой в детском саду, возникла необходимость внедрения программы дополнительного образования художественно-эстетической направленности, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей. Актуальность данной программы в том, что, основываясь на синтезе музыки и пластики, она открывает огромные возможности для воспитания души и тела, способствует психологическому раскрепощению ребёнка, самовыражению через движения. Данная программа обусловлена практической значимостью: музыкально-ритмические движения, разученные детьми в процессе непосредственно образовательной деятельности, могут применяться в повседневной жизни, способствуют дальнейшей мотивации для обучения в танцевально – хореографических студиях.

Проблемность

Проблема раннего обучения заключается в следующем: дошкольный возраст является сенситивным периодом организации процесса обучения музыкально – ритмическим движениям, так как именно в этом возрасте необходимо воспитание в детях «мышечного чувства», которое в свою очередь способствует успешной работе мозга.

Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средством развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения.

Новизна

Новизна предлагаемой программы состоит в том, что данный материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях. 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 проведения занятий используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие по типу детской аэробики, музыкальные игры, этюды.

Программа состоит из следующих разделов:

- 1. Ритмико–гимнастические упражнения** проводятся обычно в начале непосредственно образовательной деятельности, являются организующим моментом. Включают в себя ходьбу под музыку, бег под музыку, отработку танцевальных шагов. Служат для развития, укрепления и коррекции различных групп мышц, исправления физических недостатков, таких как косолапость, шаркающая походка и т.д. В раздел входят упражнения на выработку координации движений, на коррекцию осанки, на пространственную ориентировку, на умение слушать музыку, распознавать ее характер и темп. В этот раздел входят упражнения с предметами – лентами, мячами, обручем и.д. Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения и строятся на чередовании различных музыкальных сигналов, строятся по высоте тона с чередованием темпа. В таких упражнениях дети развивают быстроту реакции, наблюдательность, внимание, способность дифференцировать.
- 2. Обучение танцам** проводится в середине непосредственно образовательной деятельности, носит не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, пляски воспитанники знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев. Исполнение народных танцев приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей. Танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластическое их содержание, точно начинать и заканчивать движение.
- 3. Игры под музыку** включают в себя разнообразные движения подражательного характера, раскрывающие содержание музыкального произведения. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, которые учат детей создавать свой музыкально-двигательный образ. Импровизация дает возможность находить нужное движение под непосредственным воздействием музыки. Здесь важно помочь преодолеть скованность, стеснение и помочь обрести уверенность в своих силах. Со временем дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Это является средством эстетического воспитания и формирования способности активной творческой деятельности.

2. Учебно – тематический план

№ п/п	Тема	Количество занятий
	Старший дошкольный возраст 5-6 лет	
1.	Ее величество музыка	4
2.	Играя танцуем	6
3.	Игровой стретчинг	14
4.	Азбука танца	22
5.	Рисунок танца	12
6.	Танцевальная мозаика	14
	Итого:	72

3. Содержание изучаемого курса

Календарно-тематическое планирование работы для детей 5 ого – 6 ого года жизни

ТЕМА «Ее величество Музыка!»

(Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями)

Задачи:

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

Содержание:

1. Характер музыкального произведения.
 - Слушая музыку, определить ее характер (веселая, грустная, тревожная).
 - Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную.
 - Создание заданного образа: кукла новая, кукла заболела; воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей.
 - Игра «Жуки и бабочки».
2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный, умеренный).
 - Слушая музыку, определить ее темп (устно).
 - Игра «Зайцы и охотник».
 - Творческое задание: изобразить черепаху, мышку.
 - Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.
3. Динамические оттенки (громко, тихо, умеренно).
 - Слушая музыку, определить динамические оттенки (устно).
 - Творческое задание: изобразить хлопками дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).
 - Игра «Тихо и громко».
4. Ритмический рисунок.
 - Воспроизведение хлопками и притопыванием ритмического рисунка.
 - Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
5. Строение музыкального произведения (вступление, часть).
 - Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.
 - Игра «Ку-чи-чи».
 - На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)

Задачи:

1. Развивать внимание.

2. Развивать координацию движений.
3. Развивать зрительную и слуховую память.
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов.

Содержание:

1. Комплекс игровой ритмики «Мы пойдем сегодня в лес, полный сказочных чудес».
2. Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).
3. Игра «Зверушки – наострите ушки».
4. Игры на внимание «Учительница», «Сделай этак, сделай так», «Вправо – влево».

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат.
2. Улучшать эластичность мышц и связок.
3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка», «Качели», «Кораблик», «Кузнечик».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Книжка», «Горка», «Страус», «Черепашка», «Веточка».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Орешек», «Лисичка».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Гусеница».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница».
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Дополнительные упражнения: «Березка», «Гребцы».

ТЕМА «Азбука танца»

Задачи:

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

Содержание:

1. Шаги:
 - бытовой,
 - танцевальный легкий шаг с носка,
 - на полупальцах,
 - легкий бег,
 - шаг с подскоком,

- боковой подскок – галоп,
 - бег легкий с оттягиванием носков;
2. Постановка корпуса
 3. Положения ног: I-я, VI-я
 4. Подготовка к изучению положений рук
 - этюд «Воздушный шар»
 5. Танцевальные положения рук:
 - на поясе,
 - за юбочку,
 - за спиной,
 - на поясе в кулачках.
 6. Полуприсядания (demie plie) по VI позиции, I позиции
 7. Выдвижение ноги (battement - tendu):
 - вперед по VI позиции,
 - в сторону по I позиции.
 8. Подъем на полупальцы (releve) по VI позиции
 9. То же в сочетании с п/присяданиями
 10. Прыжки (allegro) saute по VI позиции

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Учить детей ориентироваться в пространстве.
2. Учить детей держать равнение в рисунке и соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Рисунок танца «Круг»:
 - движения по линии танца. Игра «Часы»;
 - движение в круг, из круга. Игра «Надувала кошка шар».
2. Рисунок танца «Линия».
3. Рисунок танца «Колонна».
4. Рисунок танца «Змейка»:
 - Игра «Змейка»;
 - Танец «Мышиная история» (выход на танец «змейкой»).
5. Рисунок танца «Спираль»
 - Игра «Клубочек».
6. Свободное размещение в зале.
 - Игра «Горошины».

ТЕМА «Танцевальная мозаика» (Этюды и танцы)

Задачи:

1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развивать память, актерское мастерство.
3. Готовить к концертной деятельности

Содержание программы
Старший дошкольный возраст 5 ого – 6 ого года

№ п/п	Тема занятий	Задачи	Содержание
1.	Ее величество музыка «Характер музыки»	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать у детей умение слушать музыку • Учить воспринимать и оценивать музыку • Развивать творческое воображение 	<ul style="list-style-type: none"> • Прослушивание музыкальных произведений с характером весело – грустно • Творческое задание: импровизация на заданные мелодии : весело – грустно • Игра «Жуки и бабочки»
2.	Играя танцуем «Мы пойдем сегодня в лес полный сказочных чудес»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание • Развивать координацию • Развивать интерес детей к выполнению музыкально – ритмических упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание маршевых движений • Проучивание перестроений • Игра «Мы пойдем сегодня в лес полный сказочных чудес»
3.	Игровой стретчинг «Упражнения для укрепления мышц спины»	<ul style="list-style-type: none"> • Улучшать эластичность мышц и связок • Упражнять и укреплять мышцы спины 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «змея» из положения лежа на животе • Проучивание упражнения «кошечка» из положения стоя на четвереньках • Работа над правильностью исполнения упражнений
4.	Азбука танца «Шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Формировать правильную осанку • Развивать координацию движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение (либо проучивание с вновь набранными детьми) бытового шага • Бытовой шаг в медленном темпе • Бытовой шаг в быстром темпе
5.	Рисунок танца «Круг»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей ориентироваться в пространстве • Учить детей соблюдать интервалы 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторение) рисунка «круг» • Передвижение по кругу бытовым шагом

			<ul style="list-style-type: none"> • Игра «часы»
6.	Танцевальная мозаика «Волшебный цветок»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать чувство ритма • Учить ориентироваться в пространстве • Развивать пластичность, мягкость рук 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание движений • Проучивание перестроений • Танец «Волшебный цветок»
7.	Игровой стретчинг «упражнения на укрепление пресса»	<ul style="list-style-type: none"> • Улучшать эластичность мышц и связок • Упражнять и укреплять мышцы пресса • Добиваться правильности выполнения упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «Книжечка» • Проучивание упражнения «горка» • Проучивание упражнения «страус»
8.	Азбука танца «Постановка корпуса»	<ul style="list-style-type: none"> • формировать правильную постановку корпуса • развивать мышцы спины • закреплять осанку 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторение) правильной постановки корпуса • Исполнение простых движений на месте, соблюдая правильную постановку корпуса • Игра «Неваляшки»
9.	Танцевальная мозаика «Упражнение с листочками»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Стимулировать желание импровизировать • Развивать мягкость, плавность движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание общих движений • Импровизационные движения • «Упражнения с листочками»
10.	Ее величество музыка «Темп»	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать у детей умение слушать музыку • Развивать умение организовать свои действия под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> • Слушая музыку, определить ее темп (быстрый, медленный) • Творческое задание : изобразить мышку, черепаху • Исполнить движение «пружинка» в соответствии заданному темпу
11.	Играя танцуем	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнений руками

	«Движения рук»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать координацию движений • Подготовить детей к исполнению более сложных движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнений руками в паре • Игра «Путаница»
12.	Игровой стретчинг «Укрепление позвоночника»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать и укреплять суставно-связочный аппарат • Развивать силу, апломб 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивании упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов и наклонов туловища • Проучивание упражнения «морская звезда» • Проучивание упражнения «месяц» • Проучивание упражнения «маятник»
13.	Азбука танца «позиции ног»	<ul style="list-style-type: none"> • Проучить бю и 1ю позиции ног • Развивать устойчивость • Учить детей правильно ставить стопы на пол 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторение) 6 позиции • Проучивание (повторение) 1 позиции • Элементарные движения с использованием 1й и бй позиций ног
14.	Рисунок танца «Линия»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей держать равнение • Учить детей соблюдать интервалы • Тренировать детей находить свое место при построении в линии 	<ul style="list-style-type: none"> • Построение в одну линию • Построение в несколько линий • Перестроение из хаотичного порядка в линии • Игра «найди свое место»
15.	Танцевальная мозаика «Первые снежинки»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Тренировать способность к импровизации • Учить ориентироваться в танцевальном пространстве 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание движений со снежинками в руках • Перестроения из рисунка в рисунок • Танец «Первые снежинки»
16.	Ее величество музыка «Динамические оттенки»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать у детей чувство ритма • Учить воспринимать и оценивать музыку • Развивать умение организовать свои действия под музыку 	<ul style="list-style-type: none"> • Слушая музыку, определить динамические оттенки • Творческое задание: хлопками изобразить сильный дождь, морозящий дождь • Игра «Тихо-громко»

17.	Играя танцуем «зверушки, наострите ушки»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание • Развивать у детей умение переключаться с одного образа на другой • Учить импровизации 	<ul style="list-style-type: none"> • Сочинение сказки-истории вместе с детьми • Изобразить сочиненные образы пластически • Предоставить детям выбрать себе образ и показать сказку
18.	Игровой стретчинг «укрепление мышц тазового пояса»	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнять мышцы тазового пояса • Развивать ловкость, силу • Закреплять осанку 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «бабочка» в положении сидя на полу • Проучивание упражнения «ёлочка»
19.	Азбука танца «Положение рук на поясе»	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать правильное положение рук на поясе • Развивать мускулатуру рук • Тренировать правильную постановку корпуса 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторение) правильного положения ладоней на поясе • Проучивание правильного положения рук в кулачках на поясе • Игра «Добрый – сердитый»
20.	Рисунок танца «Круг: сужение – расширение»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей держать ровный круг • Учить детей соблюдать интервалы • Прививать детям «чувство плеча» (видеть соседа, не сталкиваться, не обгонять) 	<ul style="list-style-type: none"> • Расширение и сужение круга держась за руки • Расширение и сужение круга без рук • Игра «надувала кошка шар»
21.	Танцевальная мозаика «зимний парк»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность, пластичность • Учить выполнять движения руками выразительно • Тренировать умение ориентироваться в танцевальном пространстве 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основного шага • Проучивание перестроений • «Зимний парк»
22.	Ее величество музыка «строение музыкального произведения»	<ul style="list-style-type: none"> • Познакомить детей с элементарными музыкальными понятиями • Учить воспринимать и оценивать музыку 	<ul style="list-style-type: none"> • Прослушивая музыкальные произведения, объяснить детям понятие «вступление» • Творческое задание : замереть на

		<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать у детей умение слушать музыку 	вступление в образной позе, начинать импровизационно двигаться на основную часть музыки
23.	Играя танцуем «игра на внимание»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание • Развивать зрительную и слуховую память • Подготовить детей к исполнению более сложных элементов 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснение правил игры • Проучивание основных движений музыкальной игры • Игра «Зоопарк»
24.	Игровой стретчинг «Стопы»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать подвижность суставов стоп • Развивать верхний и нижний подъём • Готовить стопы к толчковым движениям 	<ul style="list-style-type: none"> • Разминка стоп • Проучивание движения «лошадка» • Легкая растяжка ахиллесова сухожилия
25.	Азбука танца «Шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей правильной постановке стопы на пол • Закреплять тянутое положение стопы • Учить детей выполнять шаги сохраняя правильную осанку 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание легкого танцевального шага с носка • Тренировка правильного натяжение носка • Игра «Пройди по мосточку»
26.	Рисунок танца «Колонна»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей держать равнение «в затылок» • Закреплять навык сохранения интервалов • Учить детей ориентироваться в пространстве 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторении) построения в колонну • Построение в одну колонну • Построение в несколько колонн
27.	Танцевальная мозаика «кукла»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать образное мышление • Учить выразительности, пластике • Закреплять навык координации движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание движений куклы • Отработка резкости исполнения движений • «кукла»
28.	Играя танцуем «Движения рук»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать координацию движений • Учить взаимодействию с партнером 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание жестовых движений руками «на», «не дам», «дай пожалуйста»

		<ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание 	<ul style="list-style-type: none"> • «Разговор» в паре с помощью жестов • Игра «Жадина»
29.	Игровой стретчинг «Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать и тренировать суставно – связочный аппарат • Улучшать эластичность мышц и связок 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание движения «пчелка» • Проучивание движения мельница • Игра «пчелка к мельнице летала»
30.	Азбука танца «demi plie по 6 позиции»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Формировать правильную осанку • Проучить правильное положение корпуса при исполнении demi plie 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснение правильной постановки стоп на полу во время исполнения приседаний • Показ правильного положения корпуса при исполнении demi plie • Проучивание demi plie по 6 позиции
31.	Рисунок танца «Змейка»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей ориентироваться в пространстве • Учить детей держать интервалы • Развивать внимание 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснение построения рисунка • Проучивание рисунка «змейка» легким шагом • Игра «Змейка»
32.	Танцевальная мозаика «Птичка польку танцевала»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать чувство ритма, координацию движений • Способствовать развитию выразительной пластики • Развивать память, актерское мастерство 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений • Проучивание перестроений • Этюд «Птичка польку танцевала»
33.	Азбука танца «Шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать правильную осанку • Развивать координацию движений • Подготовить детей к изучению более сложных элементов 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание шага на п/п • Проучивание правильной постановки стопы на пол • Игра «По жердочке птички ходили»
34.	Игровой стретчинг «упражнения для тренировки равновесия»	<ul style="list-style-type: none"> • Тренировать апломб • Развивать ловкость • Учить правильности исполнения упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «аист» • Проучивание упражнения «цапля» • Игра «на болоте»
35.	Азбука танца	<ul style="list-style-type: none"> • Укреплять мышцы рук 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание (повторение) игры

	«позиции рук»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить правильности исполнения движений • Формировать правильную осанку 	<p>«воздушный шар»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепление позиций рук • Повторение округлости позиций
36.	Играя танцуем «Игры на внимание»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать зрительную и слуховую память • Развивать внимание • Учить запоминать правила игры и соблюдать их 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений игры «сделай этак, сделай так» • Смена ведущего • Ускорение темпа игры
37.	Игровой стретчинг «упражнения на укрепление мышц спины»	<ul style="list-style-type: none"> • Тренировать работу мышц спины • Улучшать эластичность мышц • Развивать гибкость 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «качели» • Проучивание упражнения «кораблик» • Игра «по морям, по волнам»
38.	Азбука танца «releve»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног, спины • Тренировать апломб • Формировать правильную осанку 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучить подъем на п/п по 6 позиции • Проверить правильность постановки стоп на полу • Исполнение releve на 2 такта 2/4, 1 такт 2/4
39.	Рисунок танца «Змейка»	<ul style="list-style-type: none"> • Закреплять проученный рисунок • Использовать проученный материал в разных вариациях • Развивать координацию движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение рисунка «змейка» • Исполнение различных ходов при исполнении «змейки» • Танец «Мышиная история»
40.	Танцевальная мозаика «Игра с мячом»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать чувство ритма, ловкость • Развивать быстроту реакции • Учить работе с предметом 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание рисунков и перестроений • Проучивание движений с мячом • «Игра с мячом»
41.	Игровой стретчинг «Укрепление мышц брюшного пресса»	<ul style="list-style-type: none"> • Улучшать эластичность мышц • Укреплять мышцы брюшного пресса • Учить правильности исполнения упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «черепашка» из положения лежа на спине • Проучивание упражнения «веточка» с прогибом в стороны • Проучивание правильного подъема корпуса из положения лежа
42.	Азбука танца «Шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить легкости исполнения движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание легкого бега

		<ul style="list-style-type: none"> • Формирование правильной осанки • Развивать мускулатуру ног 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание правильного толчка • Игра «Ручеек»
43.	Рисунок танца «Спираль»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей ориентироваться в пространстве • Учить детей держать равнение • Учить соблюдать интервалы 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснение рисунка «спираль» • Проучивание «спирали» • Игра «клубочек»
44.	Танцевальная мозаика «пляска-игра с крокодилом Генной»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Развивать чувство ритма • Развивать способности к импровизации 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных рисунков • Проучивание основных движений • «пляска – игра с крокодилом Генной»
45.	Игровой стретчинг «Упражнения для укрепления позвоночника»	<ul style="list-style-type: none"> • Укреплять мышцы спины • Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат • Развивать силу, вестибулярный аппарат 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание упражнения «орешек» • Проучивание упражнения «листочка» • Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны
46.	Азбука танца «battement tendu»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Формировать правильную осанку • Проучивать правильность исполнения движений 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание выдвигания ноги из 6 позиции вперед • Объяснение и показ выворотного положения стопы • Проучивание правильного положения стопы при выдвигании вперед
47.	Рисунок танца «свободное размещение в зале»	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей ориентировать в зале • Учить детей взаимодействию друг с другом • Учить детей соблюдать интервалы 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучить построение в рассыпную в одной половине зала, в другой половине зала • Проучить построение по всему залу • Игра «Горошины»
48.	Танцевальная мозаика «Танец солдатиков и кукол»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Развивать умение перевоплощаться в образ • Развивать способности к 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений • Проучивание основных рисунков и перестроений • «Танец солдатиков и кукол»

		импровизации	
49.	Азбука танца «шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать правильную осанку • Готовить детей к усложненным движениям • Развивать мускулатуру ног, спины 	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитать (повторить) прыжки на одной ноге попеременно • Прочитать шаг с подскоком на 1 такт 2/4 • Шаг с подскоком на 1/2 такта 2/4
50.	Игровой стретчинг «упражнения на укрепление мышц спины»	<ul style="list-style-type: none"> • Тренировать суставно-связочный аппарат • Развивать ловкость • Развивать силу мышц спины 	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитывание упражнения «березка» • Прочитывание упражнения «гребцы» • Прочитывание упражнения «кузнечик»
51.	Азбука танца «Положение рук»	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитывать правильность постановки рук • Развивать мускулатуру рук • Формировать правильную осанку 	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитывание положения рук на юбочке • Прочитывание положения рук за спиной • «Полечка»
52.	Танцевальная мозаика «Карнавальное шествие»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Развивать умение перевоплощаться в образ • Развивать способности к импровизации 	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитывание перестроений • Прочитывание основного шага • «Карнавальное шествие»
53.	Азбука танца «plié»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Формировать правильную осанку • Прочитать правильное положение корпуса при исполнении demi plié 	<ul style="list-style-type: none"> • Прочитывание правильного положения стоп в 1 позиции при исполнении приседаний • Прочитывание правильной постановки корпуса при исполнении plié • Исполнение движения на 4 такта 3/4
54.	Игровой стретчинг «Упражнение для укрепления стоп»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать силу стоп • Улучшать эластичность связок • Тренировать сухожилия 	<ul style="list-style-type: none"> • прочитывание упражнения «гусеница» • Прочитывание упражнений для укрепления стоп
55.	Азбука танца «relevé plié»	<ul style="list-style-type: none"> • Укреплять икроножные мышцы ног • Формировать апломб • Развивать чувство ритма, пластику 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение relevé • Повторение plié • Несложный комбинации на сочетание

			plie releve
56.	Танцевальная мозаика «Танец мотыльков»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать творческое воображение • Добиваться выразительности исполнения • Развивать способности к импровизации 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений • Проучивание рисунков и построений • «Танец мотыльков и бабочек»
57.	Азбука танца «Шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Развивать баллон • Развивать легкость 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучить (повторить) приставной шаг • Добавить к приставному шагу прыжок • Проучить галоп с правой и левой ноги
58.	Танцевальная мозаика «какадурчик»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать образное мышление • Учить двигаться в подражательной манере • Развивать ритм 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений • Проучивание рисунков и перестроений • «Какадурчик»
59.	Азбука танца «battement tendu»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать силу ног • Развивать выворотность • Добиваться правильности исполнения 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение plie по 6 позиции • Проучивание правил исполнения plie по 1 позиции • Проработка выворотности стоп и коленей
60.	Танцевальная мозаика «танец цветов»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать музыкальность • Познакомить детей с движениями на $\frac{3}{4}$ • Развивать плавность исполнения 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание основных движений • Проучивание рисунков и перестроений • «Танец цветов»
61.	Азбука танца «шаги»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать мускулатуру ног • Развивать баллон • Развивать легкость 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучивание положения ноги вперед с вытянутым носком • Проучивание прыжка с выбросом ноги вперед • Проучивание легкого бега с с

			оттягиванием носков
62	Танцевальная мозаика «веснянка»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать ритмичность • Использовать проученные движения • Учить работе с предметом 	<ul style="list-style-type: none"> • Проучить движения с весенними веточками • Проучить рисунки и перестроения • «Веснянка»
63.	Азбука танца «pas sauté»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать силу ног • Развивать баллон • Учить правильно толкаться стопами от пола 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторить прыжок по 6 позиции с двух ног на две • Правила проучивания pas sauté по 1 позиции • Проучивания прыжка
64.	Азбука танца «повторение пройденного материала»	<ul style="list-style-type: none"> • Формировать правильную осанку • Готовить детей к усложненным движениям • Развивать мускулатуру ног, спины 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторить проученные движения • Повторить прыжковые движения • Повторить танцевальные игры-этюды

Методика проведения обследования уровня сформированности музыкально-ритмических движений детей старшей группы

Обследование проводится в ходе непосредственно образовательной деятельности. Основным параметр - проявление активности. Музыкальный руководитель наблюдает за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе данного репертуара).

Цель обследования: выявить уровень музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Музыкально-ритмические движения

1. Выявить умение и навыки в исполнении музыкально-ритмических движений;
2. Выявить умение двигаться ритмично.
3. Выявить способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности.
4. Выполнять танцевальные движения с предметами.
5. Умение изменять движения в соответствии с фразами, темпом.
6. Проявлять танцевальное творчество.

Методика проведения обследования уровня сформированности музыкально-ритмических движений:

1. Исполнение ритмических попевок.
2. Исполнение танцевальных движений в кругу (поскоки, прямой галоп, выставление ноги на пятку, шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинка).
3. Исполнение танцевальных движений сольно.
4. Под звучание 2-х частей музыкальной пьесы самостоятельно выполнять соответствующие движения.
 1. Исполнение танцевальных движений парами в кругу.
 2. Исполнение упражнений с обручами, лентами.

4.Методическое обеспечение.

- оборудованный зеркалами репетиционный зал;
- фортепиано;
- видео и аудиоаппаратура;
- гимнастические коврики.

5.Список литературы.

1. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу». – Москва, 2014.

