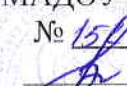


**Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад «Непоседы»
г. Новый Уренгой**

ПРИНЯТО

Утверждена

На заседании Педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2017г.

Приказом директора
МАДОУ «ДС «Непоседы»
№ 15/ от 01.09.2017г.

А.А. Гаранина



Дополнительная образовательная программа
«СОЛНЕЧНЫЕ ЛУЧИКИ»
(физкультурно-спортивной направленности)

для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет

**Руководитель:
Файзулина Э.Р.
Музыкальный руководитель**

г. Новый Уренгой

*«Интонация, мелодия, ритм, лад, гармония
отражают окружающую нашу действительность,
природу, мир человеческих чувств, историю, будущее
человечество»
В. Сухомлинский*

Пояснительная записка

Направленность

Программа направлена на развитие музыкально-ритмических способностей детей 5-7 лет, развитие выразительных движений. Свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения – вот что должно быть характерным при выполнении детьми музыкально-ритмических движений. В этом возрасте ребенок физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, улучшается произвольная память, проявляются элементы творчества.

Программа дает возможность развитию творческих способностей детей 5-7 лет средствами танцевального искусства. Упражнения игры знакомят с некоторыми жанрами, видами, стилями хореографии. Помогает дошкольникам влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям дошкольного возраста.

Занятия по танцу активно вводятся в программы школ, лицеев, детских садов. Азбука танца, его выразительные средства требуют определенного уровня физической подготовленности. Поэтому в работе с детьми используются те движения и образы, которые способны вложить основы красоты, здоровья, доброты и не помешают естественному развитию растущего организма. Даже в условиях исполнения фиксированного движения от ребенка требуется известная самостоятельность и активность при воплощении музыкальных образов. Обе деятельности – и музыка, и движение – развертываются во времени. Музыкальные характеристики образов, выраженных в танцевальных пьесах, вокальных произведениях, находят сходные выражения в движениях. Но это сходство не отличается конкретным характером. Единство их выражается в более широком плане, например, в реализации принципа контрастности и повторности, в совпадении формы музыкальной пьесы с построением танца.

Музыка и движения не воспроизводят точно жизненные явления, предметы. Они выражают переживание в их поэтизированном виде, что позволяет обучить детей азбуке выражения эмоций...

Значительное место в системе общего музыкального образования отводится ритмике – как учебно-воспитательной дисциплине. Это исполнительный вид музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движении. Основы ритмики – музыка, а движения используются, как средство более глубокого ее восприятия и понимания. Программное содержание

ритмики подводит детей к ощущению гармонической слитности своих движений с музыкой, что способствует развитию творческого воображения.

Особое значение уделяется восприятию музыки как активному слухо-двигательному процессу. Через движение ребенок ярче и эмоциональней воспринимает музыку, закрепляет знания о средствах музыкальной выразительности (лад, темп, динамика, ритм, строение музыкальной речи). У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и вкус, вырабатывается умение правильно и красиво двигаться, укрепляются различные виды мышц, происходит приобщение к ритму музыки. При планировании работы по ритмике подбирается репертуар, способствующий формированию музыкального вкуса, расширяющий кругозор, пополняющий «музыкальный багаж» ребенка высокохудожественными произведениями, обогащающими словарный запас и предлагающий обширные знания о музыке. Помня о том, что музыкально-ритмическая деятельность весьма значима для дошкольников, необходимо так организовать эту деятельность, чтобы она радовала детей, вызывала только эмоциональное отношение к ней.

Актуальность

Воспитание личности ребенка является одной из самых основных задач любого цивилизованного общества. Средства раскрытия потенциальных возможностей подрастающего человека, формирование его физических и духовных качеств достаточно разнообразно. Как и раньше, учитывая огромную силу воздействия музыки, живописи, танца, испытывается потребность в приобщении детей к искусству. Сегодня наблюдается необходимость, как можно раньше ввести ребенка в мир искусства.

Музыкально – танцевальное искусство в единстве чувств и мыслей формирует отношение детей к жизни, помогает построить свою жизнь по законам красоты, поэтому наиболее актуальной целью является – приобщение ребенка к миру танца, воспитание любви и интереса, формирование пластики, культуры движений, их выразительности, развитие творческих способностей посредством танцевального искусства.

Осуществляя преемственность между музыкально – ритмическими занятиями и другими звеньями комплексного процесса музыкального воспитания и развития детей, только при тесном педагогическом контакте музыкального руководителя и воспитателя возможен положительный результат в музыкальном развитии дошкольников.

Приобщение к музыке, танцу вводит ребенка в мир волнующих, радостных переживаний, открывает ему путь эстетического освоения в рамках, доступных его возрасту. Чтобы открыть перед ребенком дверь в этот мир, надо развивать у него способности, позволяющие успешно проявлять себя в музыкально – творческой деятельности, воспитывать эмоциональную отзывчивость. Вне их невозможно приобщить ребенка к этому прекрасному миру, невозможно и целостное развитие личности. *Вот почему, мы пришли к выводу, что уже в дошкольном детстве надо развивать творческую музыкальность у всех детей, независимо от тех возможностей, которыми они обладают от природы.*

Этот период в жизнедеятельности ребенка не предполагает глубокого проникновения в школу танца, ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения и исполнительской выразительности. Поэтому занятия называются «Ритмика и танец».

Разглядеть в каждом ребенке его природные данные, «подобрать к нему свой ключик», чтобы добиться наибольшей точности при выполнении движений, вот к чему должен стремиться педагог на занятиях ритмикой.

Программа состоит из двух разделов, соответствующих возрастам (от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет), учитывающих особенности и динамику развития годичного цикла ребенка. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 30 минут.

Новизна

Кроме формирования танцевальной, музыкальной культуры, в ходе занятий дети знакомятся с профессиями взрослых: хореограф, балетмейстер, балерина, болеро, танцор...

- сценическими костюмами: танцевальным, бальным, народным...

- пополняют свой словарный запас профессиональными терминами: этюд, импровизация, танцевальный образ, партерная гимнастика и т.д.

- классификацией танцев: народные, современные, стандартизированные, бальные, диско-танцы.

Цель программы: Развитие творческих способностей детей средствами танцевального искусства.

Задачи:

1. Учить понимать язык музыки и выражать его в танце.
2. Обучать основам этикета, красивым манерам.
3. Формировать пластику, культуру движений, их выразительность.
4. Способствовать физическому развитию ребенка, формировать осанку, правильное дыхание, эластичность мышц, подвижность и т.д.
5. Способствовать развитию творческих проявлений.
6. Формировать эмоционально-эстетическое восприятие окружающего мира через музыку и движение.
7. Воспитывать умения эмоционального выражения раскрепощенности и творчества в движениях.

Отличительные особенности

Кроме формирования танцевальной, музыкальной культуры, в ходе занятий дети знакомятся:

- с профессиями взрослых: хореограф, балетмейстер, балерина, болеро, танцор...

- сценическими костюмами: танцевальным, бальным, народным...

Одним из основных условий успешной работы по развитию музыкально-ритмических движений, является выбор упражнений и их правильная последовательность. Упражнения следуют в порядке возрастающей трудности каждого вида движений (ходьба – от самой простой до наиболее сложной, затем так же бег и т.д.) Движения в музыкально-двигательных упражнениях никогда не должны представляться детям неизменяемыми образцами; задача упражнений подсказывать детям различные, новые для них выразительные возможности. Поэтому следует одновременно с углубленной работой над одним упражнением (движением) знакомить детей с другими играми, плясками, в которых характер этого движения им придется видоизменить, отражая музыкальные образы другого содержания. Педагог фиксирует внимание детей именно на изменении выразительности разученного движения, не требуя от них тщательной его отработки. Уточняя движение, его выразительность, педагог всегда должен бережно относиться

к проявлению инициативы и всячески поощрять творческую активность, воображение детей.

Адресность

Программа направлена на развитие танцевально-ритмических движений детей 5-7 лет, через движения ребенок ярче и эмоциональней воспринимает музыку, закрепляет знания о средствах музыкальной выразительности (лад, темп, динамика, метр, ритм, регистр, строение музыкальной речи), способен определить музыку танца и подобрать соответствующий характер движений (польки, вальса, пляски). Услышать национальные интонации народных плясок и использовать элементы народных танцев в своих импровизациях, что способствует развитию творческого воображения. Необходимо учитывать желания и физические возможности детей. Занятия должны приносить детям радость, побуждать к общению с музыкой, развивать творческие способности. В конце года родителям и детям даются рекомендации о дальнейшем посещении городских учреждений дополнительного образования Студии «Ритм», ДШИ.

Срок реализации программы: 1 год. Дети подготовительной группы по окончании продолжают обучение танцам в учреждениях дополнительного образования города. Дети старших по желанию продолжают обучение в кружке 2 год. Содержание программы меняется с каждым годом.

Формы и режим занятий. Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю по 25-30 минут в соответствии с возрастом детей. В программе учитываются индивидуальные особенности и динамика развития каждого ребенка.

Обучение в кружке проходит в форме развивающих занятий, игр, партерной гимнастики.

На занятиях используются **методы и приемы:**

1. поклон-приветствие;
2. показ;
3. словесно-образное объяснение;
4. пальчиковая гимнастика;
5. элементы партерной гимнастики;
6. дыхательная гимнастика;
7. танцевальные движения;
8. этюды, танцевальные импровизации;
9. массовые танцы;
10. подведение итогов;
11. поклон-прощание.

Структура занятия

Разминка (*основные виды движений: ходьба, бег, галоп*).

Основная часть (*танцевальные элементы, основные элементы танцев*).

Заключительная часть (*музыкальные творческие задания, музыкальные подвижные игры*).

(Приложение 5.)

Этапы обучения. Процесс обучения ритмики и танца можно условно разделить на три этапа:

1 этап – начальное обучение новым музыкальным движениям

2 этап – углубленное разучивание

3 этап – закрепление и совершенствование ритмических движений и танцевальных элементов.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

По окончании обучения дети должны научиться:

- чувствовать музыкальные основы и выразительно передавать их в движении: отражать в движениях умеренный, быстрый и медленный темп, ритмический рисунок, паузы, динамику звучания (громко, тихо);
- менять движения в соответствии с двух – и трехчастной формой произведения;
- различать в движении жанровые признаки (песня, танец, марш);
- обучиться лексике танцевальных движений: прямой галоп, пружинка, поскоки, выставление ноги на носок, на пятку, кружение по одному и в парах, движение парами по кругу, перестроения из круга в рассыпную и обратно;
- проявлять творческие способности, выполняя задания на импровизацию, этюды;
- проявлять интерес к танцам, танцевальным импровизациям;
- владеть движениями с предметами (цветами, лентами, платочками и.т.д.)

В начале и в конце обучения проводится диагностика. (Приложение 1)

Диагностика уровня музыкального развития ребенка

Цель диагностики Выявление уровня музыкального развития ребенка (начального уровня, динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики

Наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Критерии оценки уровня музыкального развития.

1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом и ритмом. *Оценивается соответствие исполнения движений – музыке (в процессе самостоятельного исполнения, без показа педагога).*

2. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, восторг, настороженность, тревога и.т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут оценки педагога. У не эмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительны. *Оценивается этот показатель по внешним проявлениям по девятибалльной системе (от Э – 1 до Э – 9).*

3. Экстраверсия и интроверсия – выясняется по тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать куда угодно) и насколько этот выбор

постоянен. Если малыш постоянно занимает место ближе к педагогу, чтобы его было видно, - то скорее всего он экстраверт. И наоборот, если ребенок постоянно старается спрятаться за спину других, то, пожалуй, его можно отнести к интровертам. При сопротивлении этих данных с другими проявлениями поведенческого характера педагог может делать очень важные выводы о внутреннем мире ребенка (его благополучии или наличии тревожности на эмоциональном фоне), о состоянии малыша в эту минуту - по типичности или не типичности в его поведении и т.д. можно условно оценить выше названные параметры тоже по девятибалльной системе: зрительно разделить пространство зала на пять зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии.

(*Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе*).

4.Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и не знакомую музыку на основе усвоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные *па*. Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и в увлеченности малыша самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны не только в пластике выразить свое восприятие и понимание музыки, но также и в рисунке, в слове.

Степень выразительности, оригинальности оценивается педагогом в процессе наблюдения по девятибалльной системе

5.Пластичность, гибкость - мягкость, плавность и музыкальность рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять не сложные акробатические упражнения («полушпагат» и др.), от 1 до 9 баллов.

6.Координация, ловкость движений, уровень двигательной активности – точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, беге, в гимнастике, в танце. *Оценивается по девятибалльной системе с учетом подбора доступных по сложности композиций.*

Например.

Для детей 4–го года жизни – правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-й степени сложности.

5-го – 6-го года жизни - 2-й и 3-й степени сложности.

7-го года жизни - 2-й и 3-й степени сложности.

В результате наблюдений и произведенной диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общей оценки, динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода, выстроить диаграмму или график показателей развития.

Оценка музыкально – ритмического развития детей

Количество баллов	Критерии диагностирования музыкально – ритмического развития детей
0 – 3 балла	Движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания музыки, а также на счет и показ взрослого.
4 -6 баллов	Движения передают только общий характер музыки, темп и метроритм.
7 – 9 баллов	Движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, музыкальными фразами.

Формы подведения итогов:

- концерты;
- фестивали детского творчества;
- итоговый концерт «Талантливые малыши»;
- открытые занятия;
- выступления на календарных праздниках, спортивных.

В конце года дети получают дипломы, которые дополняют их «Папки достижений», а также даются рекомендации родителям о дальнейшем посещении учреждений дополнительного образования: «Ритм», «Школа искусств».

Программа в первую очередь рекомендована музыкальным руководителям детских садов и педагогам-хореографам, работающим с детьми дошкольного возраста. Этот период в жизнедеятельности ребенка не предполагает глубокого проникновения в школу танца, ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения и исполнительской выразительности. Поэтому занятия называются «Ритмика и танец».

Основные концептуальные идеи программы

1. Основная установка в работе с детьми - не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике и танцу для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

2. Основными методами в работе с детьми являются показ и словесно-образное объяснение, базирующееся на взаимосвязи и органическом слиянии музыки и движения.

3. Основными принципами планирования, организации и проведения занятий по ритмике и танцу являются: систематичность, последовательность, перспективность, повторяемость, заинтересованность.

4. Начинать работу с детьми любой возрастной группы следует с постановки корпуса, головы, ног, рук, что является основой высокой исполнительской культуры.

5. С первого занятия важно начать работать над лицом своих воспитанников: открытостью взгляда и приветливой улыбкой. Для этого можно использовать упражнения для мышц лица: вытягиваем губы трубочкой, оттягиваем краешки губ в стороны, играем в «сердилки» зажигаемся, как «лампочки» улыбкой.

6. Важно помнить, что ничего приблизительного в движениях и танцах нет. Это означает, что с первого занятия информацию до детей следует доносить с помощью точности терминологии, акцентировать внимание на том, что каждое движение имеет *начало и конец*.

7. Воспитывать культуру движения следует через мышечное ощущение, а также через формирование потребности у ребенка включаться в движение всем двигательным аппаратом – все инструменты вашего тела играют одновременно (активно или пассивно).

8. Музыка и движения делимы: музыка «дает команды» движению, а движение раскрывает музыку.

9. Помним, что движения, которые мы используем на занятиях, пришли к нам из жизни

(бег, ходьба, прыжки) и многие приобретенные навыки пригодятся детям в жизни.

Перспективное планирование

Программное содержание	Музыкальный репертуар	Методы и приемы
ОКТАБРЬ		
<p>Учить ходьбе хороводным шагом, прямому галопу, поскакам, кружению «калачиком» в парах, сужению и расширению круга, основному шагу с припаданием. Учить ориентироваться в пространстве: продвижению в различных рисунках по одному, в паре. Познакомить с простейшими элементами народных плясок (русской, украинской) Регулировать мышечный тонус мышц рук, ног, корпуса, развивать дыхание. Самомассаж ладоней</p>	<p>«У калинушки» муз. А. Филиппенко Фонограммы рус. нар. мелодий. Фонограммы укр. нар. мелодий. Фонограммы современных песен. «В траве сидел кузнечик» муз. В. Шаинского</p>	<p>Словесно-образное объяснение, показ. Инсценирование песни «В траве сидел кузнечик» муз. В. Шаинского Дыхательные упражнения</p>
НОЯБРЬ		
<p>Продолжать разучивание основного шага, учить шаг польки, переменные притопы, полуприсядку с выставлением ноги на пятку, плясовые движения («ковырялочка», «расческа»), кружению лодочкой в парах, перестроению: из колонны расходиться парами направо и налево. Регулировать мышечный тонус мышц рук, ног, корпуса, развивать дыхание. Развивать подвижность пальцев рук, точность и силу их движения, самомассаж ладоней.</p>	<p>Фонограммы: пение птиц, шум морского прибоя. Фонограммы современных песен, мелодий. «Давайте танцевать» муз. Е. Тиличевой «Енотик полосатый» муз. З. Роот фонограмма «Матрешки» муз. Ю. Слонова</p>	<p>Наглядный, словесный, практический, творческие задания.</p>
ДЕКАБРЬ		
<p>Упражнять в плавном движении рук без предметов; закреплять умение легко и энергично скакать с ноги на ногу, бегать широко, стремительно; прыгать в различных ритмических рисунках, темпах, на месте с продвижением вперед, назад, в сторону; продолжать учить переменный шаг, боковой галоп, хороводный шаг. Стимулировать и поощрять творческие проявления детей в инсценировках, свободных плясках. Регулировать мышечный тонус мышц рук, ног, корпуса, развивать дыхание.</p>	<p>Фонограммы татарских песен Фонограммы современных песен, мелодий. «Улыбка» муз. В. Шаинского</p>	<p>Наглядный, словесный, практический. Музыкальная игра «Кто скорее» муз. Т. Ломовой.</p>

ЯНВАРЬ		
Продолжать закреплять умение в плавном движении рук без предметов; совершенствовать навык легко и энергично скакать с ноги на ногу, бегать широко, стремительно; продолжать учить переменный шаг, боковой галоп, хороводный шаг. Продолжать формировать творческие способности детей, предлагая придумывать новые варианты в играх, элементы движений, учить составлять несложные элементы плясок. Развивать подвижность пальцев рук, точность и силу их движения, самомассаж ладоней. Партерная гимнастика.	«Улыбка» муз. В. Шаинского, фонограмма Фонограммы татарских песен Фонограммы современных песен, мелодий. Фонограмма пения птиц, журчания ручья.	Наглядный, словесный, практический, творческие задания. Музыкальная игра «Гори, гори ясно» муз. Т. Ломовой.
ФЕВРАЛЬ		
Продолжать знакомить детей с простейшими элементами народных плясок (русской, украинской, народов севера (хантыйской). Упражнять детей в ходьбе разного характера (бодрая, спокойная), в легком ритмическом беге, поскоках, закреплять умение двигаться боковым галопом, учить переменный шаг, приставной шаг в сторону, пружинящий шаг. Добиваться легкости, естественности и непринужденности в выполнении всех движений.	«Яблочко» Фонограмма Фонограммы хантыйских песен муз. Г. Лагея. Фонограммы современных песен, мелодий.	Словестно-образное объяснение, показ, творческое использование танцевальных и образных движений. Музыкальная игра «Кот и мыши» муз. Т. Ломовой
МАРТ		
Учить ходьбе хороводным шагом, прямому галопу, поскокам, кружению «калачиком» в парах, сужению и расширению круга, основному шагу с припаданием. Учить ориентироваться в пространстве: продвижению в различных рисунках по одному, в паре. Познакомить с простейшими элементами диско-танцев: «бабочка», шаги с поворотом и хлопком вправо, то же с хлопком влево, «замочки». Регулировать мышечный тонус мышц рук, ног, корпуса, развивать дыхание. Самомассаж ладоней.	«Вальс» муз. С. Петрова Фонограммы хантыйских песен муз. Г. Лагея. Фонограммы современных песен, мелодий.	Словестно-образное объяснение, показ, творческое использование танцевальных и образных движений. Музыкальная игра «На месте замри» муз. С. Юдиной Пальчиковая гимнастика (см. Приложение №

АПРЕЛЬ		
Закрепить знакомые плясовые движения. Развивать творчество, умение выразительно действовать с воображаемым предметом; самостоятельно придумывать движения, действия для персонажей игр, инсценировок. Добиваться легких, плавных движений руками.	Фонограммы татарских песен Фонограммы современных песен, мелодий. Фонограмма пения птиц, журчания ручья.	Наглядный, словесный, практический, творческие задания. Музыкальная игра «Не выпустим» муз. Т. Ломовой.
МАЙ		
Продолжать формировать творческие способности детей, предлагая придумывать новые варианты в играх, элементы движений, учить составлять несложные элементы плясок. Развивать подвижность пальцев рук, точность и силу их движения, самомассаж ладоней. Партерная гимнастика.	«Вальс» муз. С. Петрова, фонограмма Фонограммы современных песен, мелодий.	Словесно-образное объяснение, показ, творческое использование танцевальных и образных движений. Творческое задание: свободная пляска «Полянка» (р.н.м.)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы, раздела	Количество учебных часов		
		Практических	Теоретических	Всего
1	Организационное занятие	-	1	
2	Подготовительные упражнения	4	-	
3	Пальчиковая гимнастика	1	-	
4	Дыхательная гимнастика	2	-	
5	Танцевальные движения	8	-	
6.	Этюды, танцевальные импровизации	8	-	
7	Массовые танцы, танцевальные игры	4	-	
8	Элементы партерной гимнастики	1	-	
9	Отчетные выступления	2	-	
10	Беседы о танцевальной этике, знакомство с новыми танцевальными элементами, значением танца, ритмики в жизни человека	-	1	
	Итого:	30	2	32

Список литературы

1. Амонашвили Ш.А. Здравствуйте дети! – М.; Просвещение, 1998г.
2. Альсира Легампо де Арисмента. Дошкольное музыкальное воспитание. – М.; Прогресс, 1989г.
3. Буренина А. Диагностика уровня музыкального развития ребенка. Дошкольное музыкальное воспитание. – М.; Прогресс, 2002г.
4. Гераскина Л.В. Ожидание чуда. Ч. 3-4. М.; Издательский дом. «Воспитание дошкольника», 2003г.
5. Луговская А.В. Ритмические упражнения, игры, пляски. – М.; Современный композитор, 1991г.
6. Лисицкая Т. Ритм + пластика. – М.; Физкультура и спорт. 1998г.
7. Лешлли Дженни. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы. – М.; Просвещение, 1991г.
8. Масару Ибука. После трех уже поздно. – М.; Русслит ЛДГ, 1991г.
9. Новиковская О.А. Логоритмика для дошкольников в играх и упражнениях: Практическое пособие для педагогов и родителей. – СПб: КОРОНА принт, 2005.
10. Руднева С., Фиш Э. Ритмика – музыкальное движение. М.; Просвещение, 1992г.
11. Шишкина В.А. Движение + движение. – М.; Просвещение, 1992г.
12. Интернет – ресурс сайты: Всё для музыкального руководителя); muzofon.com; Сайт Екатерины Железновой (хореографам и музыкальным руководителям);
13. b-track.ru›Детские Песни; notarhiv .ru›minusovki/detskie-populyarnie.html; melody-master.net›fonogrammy_detskie.php; detochki.su› Детские минусовки ; AudioPoisk.com›artist/detskie-pesni/; MuzNarod.net›Детские песни; и многие другие.

Комплекс пальчиковой гимнастики

1. «Ловкие ручки»

Цель: Развитие подвижности и силы пальцев рук, точности их движений.

Оборудование: маленькие мячики по одному на каждого ребенка, один для педагога.

Описание упражнений. Дети сидят на полу, проговаривают вместе с педагогом слова, одновременно выполняя различные действия с мячом.

Эта ручка- правая, (*сжать мячик правой рукой*)

Эта ручка- левая, (*сжать мячик левой рукой*)

Я на мячик нажимаю (*перекладывать мячик из одной руки в другую и сжимать*)

Я зарядку делаю,

Будет сильной правая, (*мячик катать между ладонями*)

Будет сильной левая,

Будут ручки у меня (*катать мячик по полу правой ладонью*)

Сильные, умелые! (*катать мячик по полу левой рукой*)

2. «На горе»

Цель: развитие подвижности кистей рук, скорости и синхронности их движений.

Описание упражнений. Дети стоят полукругом, руки опущены и сжаты в кулаки. Дети вместе с педагогом читают потешку и выполняют движения кулаками.

Ой, ребята, та-ра-ра!

На горе стоит гора. (*один кулак поставить на другой*)

А на той горе лужок. (*ритмично ставить кулаки один на другой, постепенно поднимая их все выше, как при перехвате палки руками*)

3. «Играем на пианино»

Цель: развитие подвижности, координации подвижности суставов пальцев.

Описание упражнений. Дети сидят на полу, поют с педагогом а капелла песенку. Одновременно с пением педагог и дети выполняют движения пальцами, имитируя игру на пианино: кисти обеих рук округлены, пальцы опираются об пол. На каждый слог попеваемой песни синхронно поднимаются и опускаются одноименные пальцы на обеих руках (начиная с большого пальца до мизинца, а затем в обратном порядке) Начинать «играть» каждую новую строчку следует с большого пальца.

Жи- ли у ба-бу-си

1 2 3 4 5 4

Два ве-се-лых гу-ся

1 2 3 4 5 4

О-дин се-рый, дру-гой бе-лый

1 2 3 4 5 4 3 2

Два ве-се-лых гу-ся

1 2 3 4 5 4

Условные обозначения: большой палец-1, указательный -2, средний – 3, безымянный - , мизинец -5.

4. «Солнышко-ведрышко»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координации движений

Описание упражнений: Дети сидят на полу, поют акапелла потешку и выполняют следующие движения пальцами рук.

Солнышко (*поставить вертикально ладони рук и растопырить пальцы, как лучики*)

Ведрышко (*сложить ладони чашей*)

Выгляни в окошечко (*сложить ладони домиком и заглянуть под них, как в окошечко*)

Твои детки плачут (*прикрыть лицо руками*)

По камешкам скачут (*постучать кончиками пальце в по коленям*)

5 В лес по ягоды»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координации движений

Описание упражнений: Дети сидят на полу, речетативом произносят слова и выполняют движения пальцами рук.

Раз, два, три, четыре, пять (*пальцы обеих рук «здороваются» - соприкасаются друг с другом: сначала соединяются большие пальцы, затем указательные и т.д.*)

В лес идем мы погулять. (*указательный и средний пальцы обеих рук «идут» по полу*) За черникой, за малиной,

За брусникой, за калиной,

Землянику мы найдем (*указательным пальцем правой руки загибать пальцы на левой, начиная с большого*)

И братишке отнесем (*указательный и средний пальцы «идут» по полу*)

6 «Стайка»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координации движений

Оборудование: стульчики по количеству детей

Описание упражнений: Дети стоят полукругом перед педагогом, речитативом произносят слова и выполняют следующие движения пальцами рук. В другом конце зала стоят стульчики.

Пой – ка, подпевай – ка:

Много птичек – стайка,

Это птичка – соловей, (*загибать по одному пальчику на каждой руке, начиная с большого*)

Это птичка – воробей,

Это птичка – Совушка,

Сонная головушка,

Это птичка – свиристель,

Это птичка – коростель,

Это птичка – злой орлан (*помахать сложенными накрест ладонями*)

Птички, птички по домам. (*дети машут руками, как крыльями, бегут к стульям и садятся на них*)

7 «Смешные человечки»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координации движений

Описание упражнений: Дети стоят парами лицом друг к другу выполняют совместные действия и поют, а капелла слова стишка.

Бежали мимо речки (*каждый ребенок «бежит» пальцами обеих рук по внутренней поверхности рук другого ребенка – от локтя вверх, к плечам*)

Смешные человечки,

Прыгали, скакали, (*каждый ребенок «прыгает» пальцами обеих рук по внутренней поверхности рук другого ребенка – от локтя вверх, к плечам*)

Солнышко (*каждый ребенок показывает другому ладони с растопыренными пальцами*)

Встречали (*дети дважды хлопают по ладоням друг друга*)

Забегали на мосток, (*дети переплетают друг с другом пальцы соответственно правых и левых рук, изображая мостик*)

И с мосточка в речку (*отводят в стороны, соединенные руки, расцепляют пальцы и бросают руки вниз*)

Скок!

8 «Разминка»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координированной точности и переключаемости их движений.

Описание упражнений: Дети сидят на стульях поют и выполняют соответствующие движения вместе с педагогом:

Похлопаем в ладошки, похлопаем немножко, (*хлопать в ладоши*)

Похлопаем в ладошки, очень хорошо!

И пальчики попляшут, и пальчики попляшут, (*вращая кистями, медленно поднимать обе руки вверх и постепенно опускать их до уровня груди*)

И пальчики попляшут, и пальчики попляшут,

А мальчики и девочки все ровненько сидят.

Тук-тук молотком, мы построим птичкам дом. (*стучать правым кулачком по левому, высоко поднимая правую руку*)

Тук-тук молотком, поселяйтесь птички в нем!

Бум-бум барабан, что за шум и тарарам? (*стучать кулачками попеременно*)

Бум-бум барабан, просыпайтесь по утрам!

Ду-ду-ду, ду-ду-ду – вот какая дудка! (*имитируя игру на дудке перебирать пальцами обеих рук*)

Ду-ду-ду, ду-ду-ду – вот какая дудка! По-е-ха-ли по-ти-хо-неч-ку. (*ладонями попеременно слегка касаться колен*)

По-е-ха-ли по-ти-хо-неч-ку...

И быстренько, и быстренько, (*быстро хлопать попеременно ладонями по коленям, одновременно притопывая ногами.*)

И быстренько, и быстренько, и быстренько, и быстренько,

И быстренько, и быстренько, и быстренько, и быстренько,

И при-е-ха-ли!!! (*слегка наклонить голову и опустить руки на колени*)

«Разминка» может быть использована на занятиях не целиком, а по частям, так как легко делится на 4 независимые друг от друга по смыслу части.

9 «Ладонь - кулак»

Цель: развитие подвижности пальцев рук, координированности, точности и переключаемости их движений.

Описание упражнения

Вариант 1

Дети стоят или сидят на стульчиках перед педагогом и под музыку вслед за ним выполняют движения кистями рук. Исходное положение рук: левая кисть сжата в кулак, пальцами к себе, а правая ладонь упирается вытянутыми пальцами в нее. Затем кисть правой руки сжимается в кулак, а пальцы левой руки вытягиваются и упираются в кулачок левой. Движения должны быть быстрыми и точными. Постепенно темп музыки, а соответственно и движений рук, может нарастать.

Вариант 2

Дети стоят или сидят на стульчиках перед педагогом и под музыку вслед за ним выполняют движения кистями рук.

- Исходное положение кистей рук на полу: обе ладони лежат тыльной стороной кверху.

Под ритмичную музыку обе ладони одновременно то сжимаются в кулаки, то разжимаются.

- Исходное положение кистей рук на полу: левая рука сжата в кулак, а правая положена на пол ладонью.

Под ритмичную музыку кисти рук совершают противоположные движения, то сжимаясь в кулак, то разжимаясь в ладонь. Постепенно темп музыки, а соответственно и движения рук, может нарастать

Приложение 2

КОМПЛЕКС ПАРАДОКСАЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ А. Н. СТРЕЛЬНИКОВОЙ.

1.Разминка. Тренируйте по 2,4,8, вдохов, как в прогулочном шаге. Думайте: «Гарью пахнет!» Резко вдыхайте, чтобы ноздри слипались. Всего 96 вдохов.

2.Повороты. Поворачивайте голову вправо-влево, резко в темпе шагов. Думайте: «Гарью пахнет! Откуда? Слева? Справа?» Нюхайте воздух. Всего 96 вдохов.

3. «Ушки». Покачивайте головой, будто кому-то говорите: «Ай-ай-ай...как не стыдно!» Тело не должно поворачиваться. Правое ухо идет к правому плечу – вдох, левое ухо идет к левому плечу - вдох. Плечи неподвижны. Всего 96 вдохов.

4. «Малый маятник». Кивайте головой вперед – вдох, назад – выдох без внимания. Ноздри должны двигаться и склеиваться в момент вдоха. Всего 96 вдохов.

5. «Кошка» Ноги на ширине плеч. Вспомните кошку, когда она подкрадывается к воробью. Чуть-чуть присядьте, поворачивайтесь то вправо (вдох), то влево (вдох) и шумно нюхайте воздух на вдохе. Всего 96 вдохов. Это упражнение купирует приступ астмы.

6. «Насос». Возьмите в руку свернутую газету, как рукоятку насоса, и думайте, что накачиваете шину автомобиля. Вдох - в крайней точке наклона, руками касаясь земли. Кончился наклон – кончился вдох. Голову не поднимайте, смотрите вниз на воображаемый насос. Повторять вдохи одновременно с наклоном часто, ритмично, легко. Всего 300-500 вдохов.

7. «Обними плечи». Поднимите руки на уровень плеч. Согните их в локтях. Поверните ладони к себе и поставьте их перед грудью. Бросайте руки навстречу друг другу, чтобы левая обнимала правое плечо, а правая - левую подмышку. Вместе с броском рук, когда они теснее всего сошлись, сделайте короткий шумный вдох. Всего 300-500 вдохов.

8. «Большой маятник». Это слитное упражнение, объединяющее «Насос» и «Обними плечи». Наклон вперед, руки тянутся к земле – вдох. Наклон назад, руки обнимают плечи – тоже вдох. Всего 200 вдохов.

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ МУЗЫКАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ
ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА «ХРУСТАЛЬНЫЙ БАШМАЧОК»
20 – 20 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№	Ф.И.О.	Музыкальность		Эмоциональная сфера		Характерологические особенности		Творческие проявления		Гибкость, пластичность		Координация движений	
		Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													
16.													
Высокий уровень 7 – 9 баллов													
Средний уровень 4 – 6 баллов													
Низкий уровень 0 – 3 баллов													

**ТАБЕЛЬ ПОСЕЩАЕМОСТИ
ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА «ХРУСТАЛЬНЫЙ БАШМАЧОК»
20 20 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№	Ф.И.О.	Октябрь			Ноябрь			Декабрь			Январь			Февраль			Март			Апрель			Май		
1.																									
2.																									
3.																									
4.																									
5.																									
6.																									
7.																									
8.																									
9.																									
10.																									
11.																									
12.																									
13.																									
14.																									
15.																									
16.																									

СПИСОК ДЕТЕЙ
по хореографии «ХРУСТАЛЬНЫЙ БАШМАЧОК»
на 20__ - 20__ учебный год

№	Ф.И.О.	ГРУППА
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		

Индивидуальная карта достижений воспитанника

Ф.И.О. воспитанника

Год рождения

Дата поступления

Дата окончания обучения

20__ - 20__ учебный год	
Участие в конкурсах, концертах, фестивалях	Результат

ф.и.о. руководителя

подпись

Диплом выпускника по хореографии «Хрустальный башмачок»



СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЯ ЗАНЯТИЯ КРУЖКА

