

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №14 «Ромашка» города Белореченск
муниципального образования Белореченский район

ПРИНЯТО

на заседании

педагогического совета

Протокол от 25.08.2020г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом заведующего

МБДОУ ДС №14

М.П. Яркина

«26» 08.2020г. № 40



**Дополнительная общеобразовательная –
общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности**

ТЕМА ПРОГРАММЫ

«РИТМОПЛАСТИКА»

Возраст обучающихся: 4 -7 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель

Карагодина С

музыкальный руководитель

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Наименование разделов	Стр.
I.	Целевой раздел	2
1.1.	Пояснительная записка	2
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	5
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	6
II.	Содержательный раздел	7
2.1.	Перспективное планирование	7
2.2.	Логоритмические упражнения для средней группы	25
2.3.	Логоритмические упражнения для старшей группы	28
2.4.	Логоритмические упражнения для подготовительной группы	29
III.	Организационный раздел.	
3.1.	Материально-техническое обеспечение программы	37
3.2	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	38

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка к программе по музыкально-художественной деятельности «Ритмопластика»

Программа «Ритмопластика» разработана на основе программы А.И.Бурениной «Ритмическая мозаика».

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, поэтому программа, основанная на движениях под музыку будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Основная направленность предлагаемой программы "РИТМОПЛАСТИКА", которая является универсальной, - психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония. По мнению Платона, "трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души ... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душ овладевают ею, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт" .

В Древней Греции музыка для воспитания и образования имела более глубокое значение, чем сейчас, и соединяла не только гармонию звуков, но и поэзию, танец, философию, творчество. Именно эти идеи важны для воспитания и в современном очень непростом и жестоком мире, и наверное, естественно стремлен. педагогов к воспитанию детей по "законам красоты", к воплощению в реальное прекрасной формулы Платона: "От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей - к красивой жизни и от красивой жизни - к абсолютной красоте".

У философов Древней Греции было немало последователей. Так, идея синтеза (музыки и движения была подхвачена швейцарским музыкантом и педагогом Эмилем Жаком Далькрозом (1865-1950), который разработал на ее основе уже в начале XX века систему музыкально-ритмического воспитания детей. Эта система известна во многих странах Европы и в России под названием "метода ритмической гимнастики". Современность и актуальность этой методики и по сей день не только в ее названии, столь широко используемом многими специалистами по физическому музыкальному воспитанию. Заслуга Э.Далькроза прежде всего в

том, что он видел в музыкально-ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения. По его мнению, "с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нем "мышечного чувства", что, в свою очередь, способствует "более ,живой и успешной работе мозга". При этом Далькроз считал важным и то, как организован сам процесс занятий с детьми, который должен "приносить детям радость, иначе он теряет половину своей цены". Особенность данной программы- это акцентирование не только на внешней обучении детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы основой глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

В основе музыкального сопровождения лежат целостные произведения в аудиозаписи. Музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (М.Мусоргского, П.Чайковского. Э. Грига, К.Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы "через себя" музыку, сложный мир чувств и образов обыгрывая своим телом музыкальную ткань

Поэтому данная программа развивает внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Общеразвивающие упражнения в работе с дошкольниками на занятиях Ритмопластики занимают значительное место в разделе "гимнастика". Гимнастика – система специально подобранных физических упражнений и научно разработанных методических положений, направленных на решение задач всестороннего физического развития аномального ребенка с учетом его состояния здоровья и развития. Это упражнения общеразвивающие, корригирующие, простейшие, акробатические, прикладные. Выполняя их с определенной амплитудой, в заданном направлении, темпе, ритме, учу детей владеть своими движениями. Нагрузку регулирую характером упражнений, изменением исходных положений, темпа, длительности и интенсивности выполнения. Для сбалансированной работы всех функциональных систем организма сочетаю гимнастические упражнения с дыхательными.

Основной акцент делается на то, чтобы дети осмысленно выполняли упражнения, пытаясь их словесно опосредовать, проанализировать, осуществляя регуляцию темпа, ритма, координации движений и других двигательных

характеристик. Формируются у детей способы контроля и самоконтроля за движениями, используя мотивационные факторы в достижении целей и задач физического воспитания.

Физические упражнения, проводимые на занятиях по “Ритмопластика”, разделяются на:

Необходимые для развития навыки и умения.

Сюда входят упражнения, рекомендованные программой под редакцией Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» (раздел “Физическое развитие”); различные виды ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающие движения.

Обогащающие двигательный опыт.

К ним относятся общеразвивающие упражнения с предметами (мячами, палками, скакалками, султанчиками, обручами, лентами). Относительно простые и достаточно сложные, выполненные в измененных условиях, при различных положениях тела или его частей в разные стороны они развивают интерес детей к двигательной деятельности, способствуют проявлению детской самостоятельности. Активное действие с предметами в процессе упражнений содействует развитию сенсорных способностей: различие цвета, веса, формы, качества материала и других свойств предметов. Действия с предметами дают детям старшего дошкольного возраста возможность добиться отчетливости двигательных представлений, которые основываются на различных ощущениях и восприятиях. **Зрительное восприятие** создает образ движения в его динамике, выразительности, пространственных отношениях. Предметы создают как бы зрительную направленность в развитии пространственных ориентировок, способствуют лучшей координации движений отдельных частей тела. **Слух** позволяет выполнять движения в определенном ритме и темпе. Некоторые предметы, например, скакалка, мяч, способствуют отчетливости этих восприятий.

Общеразвивающие (упражнения в движении, прыжках, подвижные игры). Упражнения подбираются с уклоном на быстроту, выносливость, ловкость, развитие двигательной памяти и представления движения, так как именно эти физические качества важны для детей, готовящихся к переходу в школу;

Развивающие мышечный тонус; упражнения с предметами, гимнастические упражнения, упражнения на мячах. Они создают у детей интерес к занятиям, оказывают значительное влияние на освоение движений, развитие двигательных качеств и способностей, координацию и развитие мышечной силы. Мышечные ощущения сигнализируют о положении тела, напряжении мышц, происходит сложный процесс согласования в работе отдельных мышечных групп, корректировки выполненного движения в соответствии с заданными образами. Использование палок, обручей и других пособий создает ощущение

сопротивления. При этом физическое усилие становится отчетливым, лучше осознаются.

Развитие координационных способностей в упражнениях с предметами в той или иной степени требуют работы пальцев рук. Это активизирует деятельность анализаторных систем, влияет на развитие речи, на интеллектуальное развитие. Совершенствование координации движений пальцев важно для умственной деятельности ребенка. Это очень важно на этапе подготовки детей к обучению в школе. Такие упражнения с предметами направлены на развитие координации движений и формирование пространственных и временных ориентировок, силовых дифференцировок;

Пространственные ориентировки – вправо, влево, вперед, назад, скрестно, одновременно, попеременно, поочередно в движениях туловища и конечностей. У детей дошкольного возраста лучше получается выполнять отдельные движения и одновременные;

Временные – различаются по темпу (быстро, медленно), ритму, продолжительности удерживания позы и др. Темп и ритм возможно задавать счетом (раз-два; раз-пауза-два), музыкальной композицией. Старшие дошкольники с особым интересом выполняют упражнения со сменой ритма, при этом стараются передать в движениях не только ритмический рисунок, но и плавность, и красоту движений;

Силовые - прыжки по заданным отметкам в круг, броски в цель и т.д.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы "Ритмопластика" - развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений, разнообразных умений, способностей, качеств личности, формирование красивой осанки

Помимо единства художественного образа, настроения и характера исполнения, Музыка и движение связаны, что это временные виды искусства, при этом движение, протекающее в пространстве, как бы делает зримым, осязаемым течение времени. Музыка и движения, таким образом, имеют много общих параметров, к которым относятся:

- все временные характеристики (начало и конец звучания, темп, ритм);
- динамика (чем громче музыка, тем больше амплитуда движения);
- форма произведения и композиционная структура двигательной композиции.

В связи с этой взаимообусловленностью музыки и движения, а также целями данной программы, ставим следующие **ЗАДАЧИ** обучения и воспитания детей.

1. Развитие музыкальности:

- ❖ развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;

- ❖ развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- ❖ развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- ❖ развитие музыкальной памяти.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ❖ развитие ловкости, точности, координации движений;
- ❖ развитие гибкости и пластичности;
- ❖ воспитание выносливости, развитие силы;
- ❖ формирование правильной осанки, красивой походки;
- ❖ развитие умения ориентироваться в пространстве;
- ❖ обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:

- ❖ развитие творческого воображения и фантазии.
- ❖ развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительно-деятельности, в слове.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

- ❖ тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- ❖ развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике, пантомимике;
- ❖ развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- ❖ воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- ❖ воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ -3 года

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

- 1.Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
- 2.Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.
- 3.Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.

4.Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе,
- участие в мероприятиях ДОУ.

II. Содержательный раздел

2.1. Перспективное планирование.

ВИДЫ УПРАЖНЕНИЙ	ЗАДАЧИ
<i>Строевые упражнения</i>	Совершенствовать различные виды ходьбы, развитие и умение ориентироваться в пространстве, осваивать различные виды перестроений: становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, шеренги, колонны и т.д.
<i>Логоритмика</i>	Развивать ритмический слух посредством словесных игр, формировать умение координировать движения со словом, развивать внимание.
<i>Танцевальные шаги, движения</i>	Совершенствовать навык основных танцевальных движений-элементов народных плясок, современных ритмических танцев, детского бального танца.
<i>Образные, тематические танцы</i>	Развивать умение передавать в пластике музыкальный образ, имитационные движения.
<i>Коммуникативные танцы</i>	Воспитывать чувство такта, умение взаимодействовать в парах, в группе. Формировать умение приглашать мальчикам девочек на танец. Выбатывать чувство радости, сопереживание по отношению друг к другу в танцах. Воспитывать культурные привычки -умение уступить, извиниться, пропустить.
<i>Гимнастические этюды</i>	Развивать гибкость, ловкость, увеличивать амплитуду движений. Развивать силу рук, ног, выносливость

Акробатические упражнения	Развивать координацию движений, ловкость, гибкость.
Игры, упражнения на импровизацию	Развивать творческое воображение, фантазию. Формировать умение исполнять знакомые движения в игровых ситуациях. Умение находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки. Развивать умение выражать эмоции в мимике, пантомиме.

Перспективное планирование в средней группе

С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Песенка-чудесенка» «Веселые путешественники»	Ходьба по кругу друг за другом, на припев - хлопки стоя на месте. Ходьба с высоким коленом, дробный шаг, бег на носочках. Хлопки: «ладушки», «тарелочки», «комарики»
Логоритмика	«Любопытная Варвара»	Ориентация в пространстве, координация
Танцевальные шаги, движения	«Во саду ли, в огороде» «Встаньте, дети»	Дробный шаг, выставление на пятку с хлопком, показ «носочек» вперед, в сторону. Построение и движение по кругу и в обратную сторону, сужение и расширение круга
Образные, тематические танцы	«Кошки-мышки» «Кузнечик»	Взаимодействие в парах, имитация движений мышки, кошки, движение «выглянул» Координация движений, повтор, высокий шаг, прыжки

Коммуникативные танцы	«Подружились» «Топни, ножка моя»	Перестроение из круга в пары, ритмичные хлопки, взаимодействие, синхронность движений Слаженность движений в парах, разделение движений девочек и мальчиков
Гимнастические этюды	«Рыбачек»	Развитие внимания, гибкости, силы ног
Акробатические упражнения	«Колобок» «Улитка»	Умение группироваться и раскачиваться-укрепление мышц спины Ловкость и гибкость, растяжка
Игры, упражнения на импровизацию	«На полянку я пойду и цветочки соберу»	Умение свободно двигаться, собирать воображаемые цветы, делать в глубокий вдох носом, выдох-ртом

Н О Я Б Р Ь - Д Е К А Б Р Ь

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш деревянных солдатиков» «Вальс» Делиба	Умение шагать бодрым, четким шагом, различать динамику Легкий бег по кругу, сужение круга, индивидуальное кружение
Логоритмика	«Ёлочка»»с.69	Ритмичные хлопки, имитационные движения
Танцевальные шаги, движения	«Игра в лошадки» «Ах, вы, сени» «Белые кораблики»	Движения прямым галопом «Распашонка», кружение на дробном шаге Плавность движений рук, медленный шаг

Образные, тематические танцы	«Лошадка» «Зима»	Высокий подъем колена, пружинка, движение по кругу прямым залопом. Шаг с «каблук», дробный шаг в сужении и расширении круга, «фонарики», выставление пятки с хлопком
Коммуникативные танцы	«Прогулка» (финский танец) «Зима-красавица»	Движение в парах, кружение «лодочкой» Взаимодействие в парах.
Гимнастические этюды	«Я на солнышке лежу»	Развитие координации, гибкости, выразительности в движениях
Акробатические упражнения	«Лягушка» «Утята»	Растяжка внутренней стороны бедра, укрепление мышц спины Развитие гибкости, ловкости
Игры, упражнения на импровизацию	«Солнышко и дождик»	2-х ч форма, смена движений согласно характеру музыки

Я Н В А Р Ь - Ф Е В Р А Л Ь

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Цирковое шествие» «Медленный вальс»	Тяжелый шаг-силачи, на носочках-канатоходцы, вывернутая стопа-медвежата, веселый-клоуны Плавные движения рук в зеркальном отображении
Логоритмика	«Снеговик» с.58	Координация, жесты по тексту
Танцевальные шаги, движения	«Сиртаки»	Выполнение движений в зеркальном отображении, приставной шаг с пружинкой, перестроение

Образные, тематические танцы	«Чебурашка» «Топни, ножка моя»	«Распашонка», «грустинка», «уши», Выполнение «фонариков» девочками, мальчики хлопают
Коммуникативные танцы	«Крошки» «Разноцветная игра»	Взаимодействие и слаженность движений в парах Образные движения, перестроение в круг
Гимнастические этюды	«Аквариум»	Рыбки плавают-укрепление мышц спины, водоросли-плавные движения рук
Акробатические упражнения	«Кораблики» «Цапля»	Развитие силы и ловкости Развитие выносливости, ловкости
Игры, упражнения на импровизацию	«Птицы и вороны»	Выполнять образные движения, самостоятельно начинать движения

МАРТ – АПРЕЛЬ

(СРЕДНЯЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Карнавальное шествие»	Поочередное движение девочек и мальчиков, постановка рук при движении
Логоритмика	«Ёжик»с.9	Развитие ритмичности, внимания
Танцевальные шаги, движения	«Из-под дуба» «Если добрый ты»	Разучивание «распашонки», шаг с каблук Свободная ходьба в рассыпную, в парах, тройках

Образные, тематические танцы	«Танец маленьких утят» «Веснушки»	Легкость выполнения движений Ритмичность, легкость в прыжках на 2-х ногах
Коммуникативные танцы	«Шалунишки»	«Распашонка», переход в парах
Гимнастические этюды	«Колыбельная медведицы»	Растяжка ног, наклоны, потягивания, импровизация сна
Акробатические упражнения	«Паучок» «Ящерица»	Ходьба спиной вниз на руках и ногах Ходьба на руках, ноги свободно тянутся по полу
Игры, упражнения на импровизацию	«Ивушка и кактус»	Умение изображать напряжение и расслабление, придумывать фигуру

М А Й

(СРЕДНЯЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш» Г.Свиридова «Косеножки»	Ходьба друг за другом, врассыпную и на месте Ходьба змейкой на носочках и на легком беге, синхронный шаг «гусеница»
Логоритмика	«Пчела» с.174	Развитие ритмичности, координации
Танцевальные шаги, движения	«Упражнение с цветами» «Ритмический танец»	Плавные движения рук, семенящий шаг на носочках, перестроения Развитие координации движений с палками, развитие выносливости

Образные, тематические танцы	«Чунга-чанга»	Передавать веселый характер в движениях
	«Зеленые ботинки»	Выразительность движений, координация, ориентация
Коммуникативные танцы	«Дружные пары»	Развитие координации, умение быстро находить пару, ритмичные хлопки
	«Чик и Брик»	Развитие ориентации, слаженности движений в парах
Гимнастические этюды	«Я на солнышке лежу»	Развитие ловкости, силы
Акробатические упражнения	«Дорожка»	Держать туловище прямо, руки прямые
	«Медвежата»	Ходить на прямых руках и ногах
Игры, упражнения на импровизацию	«Маленькие кустики»	Развитие воображения, усидчивости

И Ю Н Ь - А В Г У С Т

(СРЕДНЯЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Вместе весело шагать»	Двигаться ритмично, шагать вперед-назад, движения рук по показу
	«Калинка»	Ходьба по кругу различным шагом, ритмичные хлопки в соответствии с замедлением и ускорением темпа музыки
Логоритмика	«Каравай» с.122	Развитие координации рук

Танцевальные шаги, движения	«Каникулы»	Правильное выполнение «поскоков» в движении и на месте, «прямого», «бокового» галопа, координации, ориентации в пространстве
Образные, тематические танцы	«Ни кола, ни двора» «Маляры»	Развитие ритмичности, координации Развитие выразительности движений, ритмичности
Коммуникативные танцы	«Полька Кремена»	Развитие ритмичности, быстроты реакции, умение быстро перестраиваться в пространстве
Гимнастические этюды	«На болоте»	Развитие гибкости, выносливости, растяжка мышц
Акробатические упражнения	«Ласточка» «Кошечка»	Развитие ловкости, устойчивости Развитие гибкости, выразительности
Дыхательные упражнения, игры на импровизацию	«Бабочки»	Развитие воображения, плавности и легкости движений

С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Вместе весело шагать» «Калинка»	Двигаться ритмично в разных направлениях, точно самостоятельно выполнять движения руками. Движения по кругу хороводным шагом в различном направлении, «присядка», «ковырялочка»

Логоритмика	«Здравствуйте» (Картушиной с.160)	Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, природе, точность жестов
Танцевальные шаги, движения	«Танец мотыльков» Итальянская полька	Добиваться легкости в прыжках, ритмической точности в притопах
Образные, тематические танцы	«Дождик» «Жаворонок»	Развитие координации, ловкости в движениях с зонтиками Развитие плавности движений, выразительности образа
Коммуникативные танцы	«Найди пару»	Развитие ловкости, внимания, умение быстро находить пару
Гимнастические этюды	«Танцуйте сидя»	Развитие силы, выносливости, растяжка
Акробатические упражнения	«Кораблик» «Полушпагат»	Увеличивать амплитуду движений, раскачивание Развитие ловкости, координации
Игры, упражнения на импровизацию	«Осенние листья»	Развитие творческого воображения, добиваться легкости и плавности в движениях

Н О Я Б Р Ь - Д Е К А Б Р Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Воздушная кукуруза»	Легкий бег по носочках, поскоки на месте

Логоритмика	«Снегири»с.76	Ритмичность, показ по тексту.
Танцевальные шаги, движения	«Снежный вальс» «Тренаж 1-2-3»	Развитие плавности движения рук Ритмично выполнять приставной шаг, добиваться максимальной амплитуды движения рук
Образные, тематические танцы	«А нам все равно» «Розовый слон»	Развитие ловкости, быстроты, подвижности, легкость в прыжках Развитие творчества, ритмичности
Коммуникативные танцы	«Танец игрушек»	Развитие ритмичности, соблюдение частей, смена движений, согласно характеру музыки
Гимнастические этюды	«Я на солнышке лежу»	Развитие координации, амплитуды движений, выносливости.
Акробатические упражнения	«Лодочка»	Развивать силу мышц спины, выносливость
Игры, упражнения на импровизацию	«Утро»	Изобразить момент просыпания, потягивания, подход к окну, выразительность движений

Я Н В А Р Ь - Ф Е В Р А Л Ь

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
----------------------	------------------	---------------

Строевые упражнения	«Голубая вода»	Постановка рук, I, II, III позиции
Логоритмика	«Как на горке снег, снег» с.62	Синхронность движений, плавные движения кистями
Танцевальные шаги, движения	«Тренаж 1-2-3»	Выполнение ритмичных современных движений
Образные, тематические танцы	«Сивка-бурка»	Ритмичные хлопки, координация
Коммуникативные танцы	«Друзья»	Слаженность движений, взаимодействие в парах
Гимнастические этюды	«Упражнение с мячами»	Развивать ловкость, выносливость, ритмичность в движениях с мячами
Акробатические упражнения	«Мостик» «Березка»	Выполнять самостоятельно Правильная постановка рук
Игры, упражнения на импровизацию	«Снеговик»	Уметь напрягать и расслаблять мышцы рук, ног, шеи, корпуса

МАРТ – АПРЕЛЬ

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш» «Дразнилка»(Зарядка-1,5)	Шагать друг за другом и врассыпную. Шаг с каблучка на месте и друг за другом

Логоритмика	«В лесу»(Картушина) с.159	Развивать творчество, выполнять подражательные движения
Танцевальные шаги, движения	«Ручеек» (Зарядка-4)	Хороводный шаг в индивидуальном исполнении, кружение на носочках
Образные, тематические танцы	«Дождинки» Вальс «Берегись автомобиля» А.Петрова «Ква-ква»	Развитие ловкости, координации движений с лентами Развития воображения, артистичности
Коммуникативные танцы	«Клоуны и куклы»	Развитие творческого воображения, выразительности движений
Гимнастические этюды	«Русалочка»	Развитие пластичности, гибкости
Акробатические упражнения	«Ласточка» «Угол»	Развитие координации, равновесия, выдержки
Игры, упражнения на импровизацию	«Накачаем мяч»	Правильное дыхание, импровизация в изображении действия, творчество

М А Й

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Веселые шаги» «Шалуны»(Зарядка-8,13)	Выполнение бокового шага с пружинкой по кругу и на месте в разные стороны Выполнение подскоков на месте и назад «веревочка»

Логоритмика	«Лягушки»(Картушина) с.153	Ритмичные хлопки, прыжок «лягушка»
Танцевальные шаги, движения	Упражнение с цветами «Шербургские зонтики»	Развивать выдержку, неторопливость и точность движений
Образные, тематические танцы	«Песенка теплого лета» «Желтые ботинки»	Выразительное и ритмичное выполнение движений Четкость и синхронность в движениях ног
Коммуникативные танцы	«Почемучка»	Выразительное исполнение движений, взаимодействие в парах
Гимнастические этюды	«Мельница»	Развитие мягкости движения рук, гибкости позвоночника
Акробатические упражнения	«Золотая рыбка» «Морская звезда»	Учить расслабляться в фиксированном положении, следить за равномерным дыханием
Игры, упражнения на импровизацию	«Цыплята»	Тренировать фантазию, пластическую импровизацию

И Ю Н Ь - А В Г У С Т

(СТАРШАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Цирковой марш» «Танец бабочки»(Зарядка- 14,21)	Шагать легко, непринужденно, с поворотом по квадрату Учить шагу вальса на месте и по кругу

Логоритмика	«Острова»	Четко выполнять жесты и показы по тексту
Танцевальные шаги, движения	«Упражнения с обручами» «Французский вальс»	Развитие координации движений с предметами Исполнение в парах покачиваний и поворотов
Образные, тематические танцы	«Жираф»	Передавать образ в движении, эмоционально выполнять жесты
Коммуникативные танцы	«Что такое доброта?»	Развитие доброго отношения друг к другу, точность и ритмичность жестов
Гимнастические этюды	«Осенний марафон»	Развитие координации движений, гибкости, пластичности
Акробатические упражнения	«Кувырок вперед»	Развитие координаций движения
Игры, упражнения на импровизацию	«Чудо-юдо из яйца»	Развитие фантазии в импровизации движений

С Е Н Т Я Б Р Ь - О К Т Я Б Р Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Марш» Г.Свиридова	Шагать в разных направлениях, одновременно выполнять движения руками
Логоритмика	«Острова»	Четко выполнять жесты и показы по тексту, меняя темп, выбирая ведущего

Танцевальные шаги, движения	«Под музыку Вивальди» «Модерн бит»	Выполнять постановочные упражнения синхронно. «Хлопки», «стряхивание», «коленочки», «молоточки»- ритмичное выполнение
Образные, тематические танцы	«Цирковые лошадки»	Высокое колено, четкость движений, легкий прямой галоп
Коммуникативные танцы	«Найди пару»	2-х ч.музыка-смена движений, переход по кругу, соблюдая части
Гимнастические этюды	«Морское путешествие»	Изображать корабли, водоросли, рыб, морской конек, золотая рыбка, морская звезда-отрабатывать плавность движений, гибкость, увеличивать амплитуду движений
Акробатические упражнения	«Мостик» «Золотая рыбка»	Самостоятельно выполнять Не задерживать дыхание, расслаблять спину
Игры, упражнения на импровизацию	«Осенние листья»	Передавать в движении игру ветра с листьями

Н О Я Б Р Ь - Д Е К А Б Р Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
----------------------	------------------	---------------

Строевые упражнения	«Спортивный тренаж» «Светит месяц»	Выполнять движения руками при ходьбе по кругу- развитие внимания, координации. Перестроения на основе хороводного шага.
Логоритмика	«Наступили холода» с.55	Развитие ритмичности, внимания, воображения
Танцевальные шаги, движения	«Кадриль» «Латина»	Движения р.н.т.: «ковырялочка», скрестный шаг с пяткой, «присядка» Шаг на месте, кружений, «лягушка»
Образные, тематические танцы	«Метелица»	Взаимодействие в парах, выполнение разных движений девочками и мальчиками, развитие ориентации
Коммуникативные танцы	«Хорошее настроение»	Эмоционально выполнять танец, согласованность движений в парах
Гимнастические этюды	«Веселые клоуны»	Ритмичность, быстрая смена движений
Акробатические упражнения	«Березка»	Самостоятельное выполнение
Игры, упражнения на импровизацию	«Пьеро»	Передавать в движении грустный образ

Я Н В А Р Ь - Ф Е В Р А Л Ь

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
----------------------	------------------	---------------

Строевые упражнения	«Улыбка»	Перестроение из круга в 4 колонны, ритмичность движений
Логоритмика	«Пограничники»с.106	Развитие точности движений, ритмичности
Танцевальные шаги, движения	«Синий василек» «Французский вальс»	Плавный хороводный шаг, кружение с припаданием, «ручеек» Шаги вальса по кругу и на месте-одиночное исполнение
Образные, тематические танцы	«Здравствуйте, мамы» «Вальс» Е.Дога	Плавные движения с шарфами Шаг вальса в парах
Коммуникативные танцы	«Маленькая девочка»	Взаимодействие, синхронность движений в парах
Гимнастические этюды	«Цветочная фантазия» «Упражнения с обручами»	Вырабатывать плавность перехода между движениями Координация движений, внимание
Акробатические упражнения	«Продольный шпагат», «Летучая мышь»	Работа над растяжкой, координацией
Игры, упражнения на импровизацию	«Роботы и феи»	Самим придумывать движения к образу, поочередная смена движений

МАРТ – АПРЕЛЬ

(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Турецкий марш» «Озорники»	Развитие координации движений, внимания, быстроты реакции. Развитие внимания, частая смена различных шагов, бега
Логоритмика	«Тополек»с.73	Развитие координации
Танцевальные шаги, движения	«Воздушная кукуруза» «Сиртаки»	Развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности Развитие внимания, памяти, точности движений
Образные, тематические танцы	«Аэробика» «Весенняя ламбада»	Развитие координации движений, быстроты реакции, амплитуды движений Выразительно выполнять движений
Коммуникативные танцы	«Что такое доброта» «Птичий двор»	Эмоциональный отклик, выразительность движений Развитие воображения, способности к импровизации
Гимнастические этюды	«Дорогой длиною»	Развитие музыкальности, гибкости, пластичности
Акробатические упражнения	«Мостик» «Поперечный шпагат»	Индивидуальная работа с положения стоя Увеличение амплитуды, правильный разворот

Игры, упражнения на импровизацию	«В замке спящей красавицы»	Начинать движения по заданному образу с музыкой, выдерживать паузу
---	----------------------------	--

М А Й
Отчетный концерт
(ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА)

ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ	РЕПЕРТУАР	ЗАДАЧИ
Строевые упражнения	«Улыбка»	Вход на открытое занятие
Логоритмика	«Замри» с.141	Развитие воображения, выдержки
Танцевальные шаги, движения	«Аэробика»	Показательное упражнение с султанчиками
Образные, тематические танцы	«Здравствуйте, мамы»	Приветственный танец, синхронность движений
Коммуникативные танцы	«Маленькая девочка»	Выразительные движения
Гимнастические этюды	«Упражнение с обручами»	Точность и ловкость движений
Акробатические упражнения	«Веселые клоуны»	Ритмичность, соблюдение темпа
Дыхательные упражнения, игры на импровизацию	«В стране цветов»	Развитие фантазии, пластичности

2.2. Логоритмические упражнения

для средней группы

Любопытная Варвара

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Любопытная Варвара смотрит влево

-поворот головы влево

Смотрит вправо

- поворот головы влево

Смотрит вверх

-поднять голову вверх

Смотрит вниз,

-прижать подбородок к груди

Чуть присела на карниз...и с него свалилась вниз! *-резко присесть, руки на поясе*

Каравай

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

В землю зернышко посадим

- наклоны корпуса вперед

Очень малое оно

-сели

Но как солнышко засветит, прорастет мое зерно-*медленно встают*

Ветер тучку пригнал и водичку нам дал

*-наклоны туловища вправо-влево,
руки вверх*

Сожнет косарь зерно и размелет его

-повороты вправо-влево

А хозяйка из муки испечет нам пироги

- «пекут пирожки»

И большой каравай... всем на радость раздавай-*соединить округленные руки и
развести в стороны*

Елочка

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Ашу-ашу-ашу-нарядим елку нашу

-повороты туловища вправо-влево

Ишки-ишки-ишки-золотые шишки

-фонарики

Ош-ош-ош-шар большой хорош

*- сводят округленные руки перед грудью,
поднимают над головой*

Ша-ша-ша-елка тоже хороша

*-медленно опускают руки вниз, поднимая
ладошки, покачиваются вправо-влево*

Снеговик

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Раз-рука, два-рука - ***вытянуть вперед одну руку, потом другую***

Лепим мы снеговика - ***имитировать лепку снежков.***

Три-четыре, три-четыре - ***руки поочередно в сторону***

Нарисуем рот пошире - ***свести руки перед грудью и развести в сторону***

Пять-найдем морковь для носа - ***вытянуть руки вперед, сделать «носа»***

Угольки найдем для глаз - ***имитировать потирание глаз кулачками***

Шесть-наденем шляпу косо - ***руки вверх, сложить «домиком»***

Пусть смеется он у нас - ***руки на пояс, наклониться вперед, помотать головой***

Семь и восемь, семь и восемь - ***пружинки с поворотом-4р***

Мы сплясать его попросим - ***развести руки в сторону и с притом поставить на .***
пояс.

Ёжик

И.п. руки на поясе, стоят лицом в круг, ноги в I позиции

Жа-жа-жа- мы нашли в лесу ежа - ***хлопки, сжимают и разжимают кулачки***
«иголки»

Жу-жу-жу-подошли мы к ежу- ***3 хлопка, дробным шагом сходятся в малый***
круг

Ужа-ужа-ужа-впереди большая лужа- ***3 хлопка, берутся за руки, делают большой***
круг

Жок-жок-жок-надень, ежик сапожок-***3 хлопка, «надевают сапожок» поочередно .***
на правую и левую ноги.

Пчела

И.п. ноги в I позиции, руки на поясе, ноги в I позиции.

Жу-жу-жу-я летаю и жужжу-***3 «тарелочки», машут отставленными вниз-назад***
руками

Жи-жи-жи-мне цветок покажи-***3 «тарелочки», фонарики***

Же-же-же-василек растет в меже-***3 «тарелочки», присесть, соединить ладони в***
цветок.

Жу-жу-жу-про цветы всем расскажу-***3 «тарелочки», грозят пальцем на полочке.***

2.2. Логоритмические упражнения для старшей группы

Здравствуйте

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

1.По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем-*шагают на месте*

Здравствуй,солнце! *-руки вверх*

Здравствуй, речка! *-плавно опускают перед собой, водят вправо-влево*

Здравствуй, белая овечка *-прикладывают кулачки к голове*

Здравствуй, козлик! *-приставляют указательные пальцы к голове*

Здравствуй, кот, тот, что лапкой моет рот! *-выставляют «кошачьи лапки»*

2.По дорожке мы шагаем и друзей своих встречаем *-шагают на месте*

Здравствуй, белка! *-прижимают руки к груди, опустив кисти, чуть присев*

Здравствуй, стриж! *-взмахивают руками как крыльями*

Здравствуй, зайныка-малыш! *-ладони к голове-«ушки»*

Здравствуйте, мои друзья! *-правую руку вверх, машут кистью*

Очень рад всех видеть я! *-прижимают руки к груди и вытягивают вперед*

Снегири

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

Ра-ра-ра-погляди-ка, детвора- *3 хлопка над головой, приставить ладонь . .*
«козырьком», смотрят вправо-влево

Ря-ря-ря-взошла красная заря *- 3хлопка, поднимают плавно руки вперед- вверх-*
в . . стороны

Ре-ре-ре-растет рябина на горе – *3 хлопка, руки на поясе-покружиться на*
носочках-руки вверх

Ри-ри-ри-клюют рябину снегири – *3 хлопка, наклон вперед, руки отведены вниз-*
назад

«Как на горке снег, снег»

И.п.руки вдоль туловища, ноги в VI позиции

Как на горке- снег,снег ***-поднимают руки вверх, машут вправо-влево***

И под горкой –снег,снег ***-присесть, руки вправо-влево.***

И на елке снег,снег ***-сложить руки «домиком»***

И под елкой –снег,снег ***-покружиться с «моталочкой»***

А под елкой спит медведь ***-присесть, руки положить под голову***

Тише, тише. Не шуметь! ***-встают, грозят пальцем***

В лесу

И.п. стоят по кругу друг за другом

Вышел мишка из берлоги и идет своей дорогой- ***идут по кругу вперевалочку***

Мишка песенки поет, очень громко он ревет- ***кружатся вперевалочку***

Р-р-р.. ***-наклоняются в круг, рычат***

Серый зайка скачет по лесочку, словно мячик-***скачут по кругу на носочках***

Прыг-скок, прыг-скок. Прыгать надо на носок-***прыгают на месте, кружась***

Бл-л-л... ***-наклоняются в круг, выполняют «болтушку» языком***

А за ним лиса крадется и тихонечко смеется ***-идут на носочках, «крутят» .. хвостом***

Хи-хи-хи .. ***-наклоняются в круг, смеются***

Волк уселся на лугу и весне поет ***-идут широкими шагами***

У-у-у... ***-наклоняются вперед,***
поднимают . голову, глис. От

низкого звука до

... ***высокого***

А кукушка на суку целый день кричит ***-взмахивая, как крыльями бегут***
на . носочках

«Ку-ку!» ***наклоняются в круг.***

Лягушка

И.п. стоят по кругу, лицом в круг

Ква-ква, ква-ква-ква! ***-ритмичные хлопки в ладоши***

Скачут, скачут на опушке ***-2 прыжка в круг -ноги широко расставлены***

Ква-ква, ква-ква-ква!	<i>–ритмичные хлопки в ладоши</i>
Лупоглазые лягушки	<i>-2 прыжка назад</i>
Прыг-прыг-под лист-листок .	<i>-2 боковых галопов в круг, присесть, руки «домиком»</i>
Прыг-прыг-под кусток	<i>-2 боковых галопов из круга, присесть, руки «домиком»</i>
Прыг-на кочку и сидят,	<i>-выпрыгнуть вверх, сесть, руки упереть в колени</i>
Комара поймать хотят	<i>-качают головой</i>
З-з-з!...	<i>-Вращают указательными пальцами, постепенно вставая</i>
Ам!	<i>-встать, хлопнув в ладоши</i>

2.4.Логоритмические упражнения

для подготовительной группы

Острова

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Раз, два-острова-хлопки на счет, поочередные круговые движения руками

Три,четыре-мы приплыли-одновременно двумя руками вперед

Пять, шесть-сходим здесь-выставить ладошки поочередно

Семь, восемь-сколько сосен-покачивание руками над головой вправо-влево

Девять, десять-мы в пути-«шагающие» движения пальцами вперед

До-счи-тал до де-ся-ти!-поочередное движения ладонями вокруг головы, вперед, хлопок.

Наступили холода

И.п. стоят по кругу друг за другом

Ехать в поезде тепло

Поглядим-ка мы в окно.

А на улице зима,

Наступили холода - двигаются по кругу дробным шагом

Да-да-да-наступили холода- хлопки по коленям, потирают плечи

Да-да-да-превратилась в лед вода-«**стряхивание**» кистями

Ду-ду-ду-поскользнулся я на льду-**резко присесть**

Ду-ду-ду-я на лыжах иду-**сгибание колен поочередно**

Ды-ды-ды-на снегу есть следы.-**выставить поочередно ногу вперед**

Ди-ди-ди-ну, заяц, погоди-**полочка, «грозят»**

Пограничники

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Тру-ту-ту! Тру-ту-ту! **-имитировать игру на трубе**

По порядку стройся в ряд, пограничников отряд **-шагают на месте**

Левая, правая **-топнуть левой, затем правой ногой**

Бегая **-бег на месте**

Плавая **-имитация «брасса» в наклоне прогнувшись назад**

Мы растем смелыми **-встать на носки, руки вверх.**

На солнце загорелыми **-руки за голову.**

Ноги наши быстрые **-поочередно поднять ногу, согнутую в колене**

Метки наши выстрелы **-резко выбросить обе руки вперед с указательным пальцем**

Крепки наши мускулы **-согнуть руки к плечам**

И глаза не тусклые **-руки на пояс, наклоны головой влево-вправо**

Кто шагает дружно в ногу **-шаг на месте**

Пограничникам-дорогу **-отдать «честь», стать в и.п.**

Тополек

И.п.руки на поясе, ноги в I позиции

Стоит тополек, тонок и высок **-руки вверх, качают вправо-влево**

Тонок и высок, листвой широк **-разводят руки в сторону**

Его солнышко печет **-руки сложить на голову**

Частым дождичком сечет **-резко встряхнуть кистями 4 раза, опуская вниз**

Буйный ветер поведает, топочек наклоняет *-руки вверх, наклоны вправо-.. влево*

А он маковкой звенит *-руки на пояс, наклоны головой в стороны*

Развеселый стоит *- пружинки с поворотом.*

Замри

И.п. дети выбирают образ мишки, лисы, зайца-изображают

Разбежались по лужайке мишки, лисоньки и зайки *-бегают враспынную в образе*

Стали весело кружиться, стали звери веселиться *-кружатся на носочках*

Раз-прыжок, два-прыжок! *-прыжки на 2 ногах.*

Замирай скорей, дружок *!-замереть в образе, пока ведущий не скажет:*

«Отмри!»

Образные упражнения и музыкально-пластические импровизации

Совсем маленькие дети, не умеющие говорить, с необыкновенной легкостью заменяют слова мимикой и жестами. Развитие ребенка идет от движения и эмоций к слову. Поэтому вполне естественно, что детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела. Особенно интересные пластические образы возникают под влиянием музыки. Здесь трудно переоценить значение образных упражнений.

ОБРАЗНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д. Для детей дошкольного возраста предлагается следующая последовательность использования образов:

- а) знакомые детям животные и птицы;
- б) интересные предметы;
- в) растения и явления природы;
- г) люди, профессии.

В младших группах при создании музыкальных образов у детей происходит простейшая имитация движений (воробушек машет крыльями, зайчик скачет, медведь топчется). В старших группах появляются повышенные требования к сходству, переживанию образа, требуется более эмоциональная выразительность движений.

На занятиях я использую образные рассказы, которые предлагаю детям проинсценировать. Например: *"Сейчас я расскажу вам одну историю. Жили-были на дворе курочки и петушок. Как-то раз, когда курочки еще спали в своем*

курятнике, проснулся петушок, выглянул на улицу: Уже утро! Вышел петушок во двор, стал важно так вышагивать, крыльями хлопать. Вдруг видит, на земле зернышки лежат. Обрадовался петушок и стал курочек звать: "Ку-ка-ре-ку!" Услышали его курочки, весело выбежали из курятника, побежали по двору. Показал им петушок зернышки и стали они вместе их клевать. Вот как было! Послушайте про все это музыку" Звучит произведение "Курочки и петушок" (русская народная мелодия в обработке Г.Фрида) Говорю детям: "Теперь вы все превращаетесь в курочек. А кто хочет быть петушком-золотым гребешком?" Показываю шапочку петушка. Выбирается петушок. Игра проводится 2-3 раза, каждый раз с новым исполнителем роли петушка. Вместе с детьми оцениваю действия исполнителей. Всегда стараюсь не пропустить, отметить удачно найденное ребенком новое движение в игровом образе.

Упражнение "МАЛЕНЬКИЕ КУСТИКИ"

Руководитель показывает зайца, который ищет кустики, чтобы спрятаться от лисы. Детям предлагается помочь зайчику - сделать так, чтобы было много кустиков. Руководитель спрашивает: "Кто хочет стать кустиком?.. Где у тебя, кустик, веточки? Как они на ветру качаются? Как ты укроешь зайчика от лисы?" Упражнение выполняется под "Вальс" Ф.Шопена.

Упражнение "СВАРИМ КАШУ"

Руководитель спрашивает детей, какую кашу каждый любит, и предлагает сварить кашу "Ассорти". Дети "превращаются" в выбранную каждым крупу, руководитель - вода. Имитируя "кипящую воду", руководитель приглашает в кастрюлю (ею может быть обруч) "крупы", которая "пыхтит":

Данное упражнение можно проводить, используя стихотворение И.Мазина **"Гречневая каша"**:

Если печка, то печет.
Если сечка, то сечет.
Ну, а гречка? То гречет?
Вот и нет, она растет.
Если гречку собрать
И в горшок положить,
А потом эту гречку
Водой залить.
А потом еще долго,
Долго варить.
То получится каша,
Любимая каша!

В стихотворении, по желанию детей, меняется название крупы.
Упражнение можно выполнять под "Польку" М.Глинки.

В старшем дошкольном возрасте коллекция музыкальных образов значительно пополняется:

Упражнение "КЛОУНЫ"
(*"Канкан", муз. Ж.Оффенбаха*)

Поговорить с детьми о том, что делают в цирке клоуны: прыгают; скачут с ножки на ножку; строят рожицы; жонглируют; дразнятся (делают длинный нос); выполняют различные наклоны, махи руками; кривляются. Можно надеть детям колпачки и клоунские носы, предложить им сыграть в цирк. 2-4 клоуна танцуют, остальные зрители. Можно предложить такой вариант: на одну музыкальную фразу танцуют клоуны с синими носами, на другую - с красными.

Упражнение "ПТИЦЫ"
(*"Очарование", муз. Ф.Маршетти*)

Повторить с детьми движения, характерные для птиц:

1. плавные махи руками в стороны-вверх, вперед-назад;
2. энергичные махи руками;
3. легкие потряхивающие движения кистями, опустив руки-крылья вниз назад;
4. волнообразные движения поочередно каждой рукой и двумя одновременно;
5. плавные движения одной рукой (как бы рисуя узор в воздухе), затем другой, обеими руками;
6. выполнять все вышеперечисленные движения руками, одновременно делая полуприседания, небольшие пробежки, легкое кружение на носочках;
7. движение "ласточка" с последующей пробежкой, кружением, приседанием;
8. кружение друг с другом парами;
9. резко подниматься и опускаться на носочках; опускаться вниз, одновременно стремительно взмахивать руками ("взмывать в небо")

Предложить детям "превратиться" в птиц и под музыку отправиться в дальнее путешествие.

Упражнение "ПЬЕРО"
(*"Песня без слов", муз. Ф.Мендельсона*)

Вспомнить с детьми сказку А.Толстого "Золотой ключик" и одного из героев - Пьеро. Что может делать Пьеро?

1. Ходить, безвольно опустив руки (как две веревочки), плечи и голову.
2. Прижимать руки к сердцу, возносить их к небу, как бы моля о том, чтобы на него обратили внимание.
3. Держась руками за голову, раскачиваясь, передавать грусть и безысходность.
4. Прижимать поочередно ладони тыльной стороной ко лбу, подчеркнуто горестно вздыхать.
5. Закрывать лицо руками, покачиваться из стороны в сторону.
6. Делать грустное, печальное выражение лица.

Перед выполнением образного упражнения руководитель читает текст - историю несчастной любви Пьеро: *"Давным-давно в сказочном кукольном королевстве жил очень добрый и хороший мальчик по имени Пьеро. Его все любили*

за то, что он был самый вежливый, послушный и застенчивый мальчик во всем королевстве. Однако его очень жалели, потому что этот вежливый и послушный мальчик всегда был чрезвычайно грустный и печальный. Из его прекрасных глаз без конца капали горькие-горькие слезы. Пьеро ходил, плакал и пел печальную песню: "Мальвина, Мальвина, принцесса моя! Мальвина, Мальвина, мне жизнь не мила!" Пьеро (а об этом знало все королевство) был влюблен в прекрасную девочку с голубыми волосами, которую звали Мальвина. Но он не мог признаться ей в любви, потому что был очень застенчивый. Что ему оставалось делать?! Только петь и плакать, плакать и петь:"

Дети из подготовительной группы очень любят передавать образ "оживающего цветка": дети приседают, голова наклонена вперед, руки свободно опущены. Вдруг закапал дождь, цветок начал оживать: Мне нравится делать это упражнение под музыку Э.Грига "Утро".

Или каждый ребенок по очереди изображает бытовые предметы: например, закипающий чайник со свистком, скрипучую дверь, настольную лампу или торшер. В старшем дошкольном возрасте можно также использовать один и тот же образ, но уже разного характера. Например: "Кукла-балерина" и "Кукла-робот"; "Тигр дрессированный" и "Тигр дикий". На таком контрасте дети острее чувствуют и точнее передают нюансы характера образа.

Необходимым условием развития воображения, пластической выразительности является умение ребенка владеть своим телом, так называемая мышечная свобода. У дошкольников отсутствие этих умений проявляется в двух видах: как перенапряжение (зажим) всех или отдельных групп мышц или как излишняя разболтанность, развязность. Поэтому важно использовать упражнения на попеременное напряжение и расслабление отдельных групп мышц, до полного расслабления всего тела, лежа на полу. Например:

- упражнение "Кукла-марионетка" (Ребята представляют, что к каждому их суставчику привязана нить. С начала все нити натянуты: "куклы" стоят с прямыми спинами и высоко поднятыми руками, так как к кончикам их пальцев тоже привязаны нити. Но вот я начинаю поочередно "отрезать ножницами" нити, идущие от пальцев, и они свободно опускаются. Когда "отрезаю" нити от локтей, свободно опускаются руки. Дальше "отрезаю" ниточки от головы, спины, коленей. Наша "марионетка" совсем расслабилась и либо села на корточки, либо мягко опустилась на пол). Это упражнение учит детей релаксации (расслаблению). Да и поваляться на полу во время занятия - большое удовольствие для малыша.

- упражнение "Шалтай-Болтай" (Руки свободно, расслабленно следуют за движением корпуса)

- упражнение "Большие камни" (Ребенок имитирует поднятие большого камня, напрягая все тело, затем "бросает" его, расслабляясь)

Добившись определенных результатов в этом направлении, в старшем дошкольном возрасте можно переходить к музыкально-пластическим импровизациям.

МУЗЫКАЛЬНО-ПЛАСТИЧЕСКИЕ ИМПРОВИЗАЦИИ

Цель: Передавать в пластических свободных образах характер и настроение музыкальных произведений.

Латинское слово "improvisus" - означает "непредвиденный". Импровизировать - значит играть, одновременно сочиняя, или вернее, сочинять без предварительной подготовки, тут же исполняя сочиненное.

Детям предлагается определенная ситуация. Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела фантазируют и создают мини-спектакль (этюд) на заданную тему, соответствующий характеру музыки.

ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ

("Осенний сон", муз. А.Джойса)

Ветер играет осенними листьями, они кружатся в причудливом танце, постепенно опускаясь на землю.

БАБОЧКИ

("Мотылек", муз. Д.Кабалевского)

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любуются своими крылышками. Легкие и воздушные, они порхают и кружатся в своем радостном танце.

В СТРАНЕ ЦВЕТОВ

("Вальс цветов" из балета "Щелкунчик", муз. П.Чайковского)

В стране цветов праздничный бал. Каждый цветок импровизирует свои движения, выражая общее радостное настроение.

В ЦАРСТВЕ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ

("Аквариум" из "Карнавала животных", муз. К.Сен-Санса)

В морском царстве Золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрывается и закрывается раковина, быстро перемещается по дну краб:

В ЗАМКЕ СПЯЩЕЙ КРАСАВИЦЫ

("Романс", муз. Д.Шостаковича)

В заколдованный замок, где жизнь замерла и все обитатели которого, превращенные в статуи, застыли в разных позах, попадает принц. Он дотрагивается до спящей принцессы, и все вокруг оживает: потягивается и поднимается кошка, просыпается огонь в камине, слуги накрывают на стол, гости, очнувшись ото сна, начинают двигаться и танцевать.

В заключении хочется сказать, что в каждом ребенке самой природой заложено творческое начало. Нет детей, лишенных воображения, но есть дети с фантазией закрепощенной, как бы спрятанной от посторонних глаз. На музыкальных занятиях с помощью игры и сказки я учу их раскрепощаться. Учу их самовыражаться через музыку, пусть сначала примитивно, непрофессионально,

немузыкально, постепенно повышая их уровень, чтобы у ребенка была осознанная потребность добиваться каких-либо результатов. И после каждого выполненного задания обязательно хвалю его, хвалю за самую малость. Ребенок должен поверить в себя, в свои силы и возможности, и гордиться тем, что он уже умеет (а вчера еще не умел!)

Известный детский писатель Джанни Родари писал: *"Надо развивать творческое начало у всех, чтобы мир не оставался таким, какой он есть, а преображался. Преображался к лучшему:"*

III. Организационный раздел.

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - музыкально-художественная

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ – обучение детей проходит в специально организованном помещении - музыкальном зале, во второй половине дня по окончании основных режимных моментов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, соответственно требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. N 26.

Средний возраст 4-5 лет-20 минут,

Старший возраст 5-6 лет-25 минут,

Подготовительная 6-7 лет 30 минут.

СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ – группа, количественный состав до 20 человек.

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

Оснащение образовательного процесса и развивающая среда музыкального зала соответствует ФГОС ДО и отвечают всем требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013. Созданы все необходимые условия, позволяющие в полной мере эффективно осуществлять образовательный процесс, решать задачи развития детей. Для занятий с детьми используются гимнастические коврики, ленты, мячи, детские игрушки, ноутбук, музыкальная колонка.

3.2. Обеспеченность методическими материалами

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб; «Детство–ПРЕСС», 2000.
3. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013
4. Т.И.Суворова «Танцевальная ритмика для детей»
5. М.Ю.Картушина «Логоритмические занятия в детском саду» ООО «ТЦ Сфера», 2003.

6. Киенко О.Л «Чудесный мир танца для дошкольников»; «Танцевально-игровая деятельность для детей от 2 до 6 лет»; «Перспективный календарный план по хореографии для детей»; «Русский танец для детей от 3 до 8 лет. Методика обучения детей и организация хореографической работы».