**ГККП «Ясли – сад «Солнышко» города Макинска при отделе образования управления образования Акмолинской области»**



**Рабочая программа**

**кружка по хореографии «Улыбка»**

**в старшей группе « Балапан»**

**на 2022-2023 учебный год.**

**Хореограф: Куприянова Е.А.**

**Содержание.**

**I. Целевой раздел……………………………………….….3**

**1.1.Пояснительная записка………………………………..3**

**1.2. Цели программы……………………………………….5**

**1.3. Задачи программы……………………………………..6**

**1.4. Дидактические принципы…………………………….7**

**1.5. Методы обучения……………………………………….8**

**1.6. Используемые технологии……………………………11**

**1.7. Планируемый результат………………………………12**

**II.Содержательный раздел…………………………………15**

**2.1Организация образовательного процесса…………….15**

**2.2.Каледарно- тематическое планирование……………..16**

**III.Организационный раздел……………………………….23**

**3.1 Организационно-методическое обеспечение…………24**

**3.2. Материально - техническое и методическое обеспечение программы…………………………………………………….25**

**Приложение…………………………………………………...23**

**I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

**1.1. Пояснительная записка**

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность. Эстетическое воспитание личности происходит с первых шагов маленького человека, с первых его слов, поступков.  Именно окружающая среда, откладывает в душе ребенка отпечаток на всю жизнь.  Незаменимым средством формирования духовного мира детей является искусство. Оно пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало.  Формирование творческой личности существенно для эмоционального и для эстетического развития ребенка. При творческой деятельности активизируется восприятие, выразительность исполнения, оценочное отношение к своей продукции, что оказывает большое влияние на становление личности ребенка.

         Художественно- эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса в нашем дошкольном учреждение и является приоритетным направлением.

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

       Педагогический коллектив ГККП ясли- сада «Солнышко» ведет постоянный поиск новых форм и методов работы по художественному – эстетическому развитию воспитанников и их оздоровлению, поэтому было принято организовать кружок хореографии « Улыбка» в средней группе .Коллектив педагогов понимает, что хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

       Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

     Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, которые даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является:

*    активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса

*    значительная часть практических занятий.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

      Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию к учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.   Программа направлена на создание условий для развития артистичности и внутренней свободы ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений. Причинами создания этой программы явились высокий интерес детей к танцевальной деятельности, возможность раскрытия творческого потенциала каждого ребенка в процессе д занятий танцами. Актуальность программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка. Танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

До начала реализации данной программы проведена большая предварительная работа:

* Изучение и отбор нормативной, методической, обучающей литературы;
* Ознакомление с аналогичным опытом работы других дошкольных учреждений;
* Анализ имеющихся возможностей (материальных, организационных, кадровых);
* Оценка состояния физического развития и здоровья воспитанников, формирование группы;
* Отбор и составление музыкальной фонотеки;
* Составление и утверждение рабочей программы.

**1.2. Цели программы:**

1. Развивать чувство ритма.
2. Развивать умение передавать через движения характер музыки, ее эмоционально-образное содержание.
3. Развивать умение свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения.
4. Развивать умение самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.
5. Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных движений: - поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; - приставной шаг с приседанием, с продвижением вперед; - кружение; - приседание с выставлением ноги вперед.
6. Продолжать развивать навыки инсценирования песен, изображения образов сказочных животных и птиц (лошадка, коза, лиса, медведь, заяц, журавль, ворон и т.д.) в разных танцевально-игровых ситуациях.
7. Познакомить с казахским народным танцем, а также с танцами других народов;
8. Развивать представления об опорной и работающей ноге.
9. Развивать представления о правильном положении корпуса, чтобы правильная осанка вошла в привычку.

**1.3 Задачи программы:**

1. Освоить упражнения для развития техники танца: I Урок классического танца: а) знакомство с позициями рук и ног: Позиции рук (0, I, II, III); Позиции ног (I, II, III, IV); б) полуприседание (деми-плие) в I, II, III позиции; в) вытягивание ноги на носок (батман тандю) с паузами на каждой точке с I позиции вперед - в сторону, позднее – назад; г) подъем на полупальцы обеих ног (релеве) в I, II, III позициях (лицом к станку); д) перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку); е) прыжки (соте) на двух ногах с паузами в I, II, III позициях; ж) упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра). II Урок народно-сценического танца: а) деми плие и гран плие в I и IV позициях; б) вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок; в) маленькие шаги. III Танцевальные элементы и композиции: а) элементы движений и танцевальные этюды казахских, русских, народных танцев; б) хлопки в различных ритмических рисунках; в) хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков); г) характерные присядки (русские, казахские – для мальчиков); д) вертушки (для девочек).
2. Продолжать знакомить с особенностями национальных и бальных танцев.
3. Развивать эстетическое восприятие, интерес, любовь к танцевальной музыке, формировать музыкально-танцевальную культуру на основе знакомства с классической и современной танцевальной музыкой.
4. Формировать, развивать и совершенствовать танцевально - игровое творчество.
5. Учить придумывать движения к пляскам, танцам; импровизировать.
6. Учить составлять композицию танца, проявляя оригинальность и самостоятельность в творчестве.
7. Учить импровизировать движения разных персонажей под музыку соответствующего характера.Побуждать к инсценированию содержания хороводов.
8. Совершенствовать навык «Поклон – приветствие», «Поклон – приглашение»;
9. Воспитывать интернациональные чувства.
10. Воспитывать нравственно-волевые качеств.

**1.4. Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на peaлизации дидактических принципов:**

Принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступностии индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)

Принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)

Игровой принцип (занятие стоится на игре.) Игра не только как средства разрядки и отдыха, а необходимость пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)

**1.5. Основные методы обучения:**

Если цели и задачи обучения как бы задают общее направление деятельности, то методы призваны обеспечивать достижение поставленных целей и решение намеченных задач. Методы обучения – это способы совместной деятельности педагога и воспитанников, при помощи которых наилучшим образом усваивается учащимися музыкально-ритмический материал, прививаются навыки, формируется и развивается эстетический вкус и музыкально двигательные способности. Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.

Метод танцевального показа – это такой способ обучения, при котором педагог демонстрирует танцевальную композицию или элементы и анализирует их. Метод устного изложения учебного материала – с его помощью педагог сообщает детям знания об истории и современном состоянии хореографии. Ритмики. Рассказывает об отдельных танцах и танцевальной музыке. Показывая и разъясняя, те или иные танцевальные композиции педагог помогает ребенку понять характер ритмической, танцевальной лексики и особенности танцевальной музыки. Методы танцевально-практических действий. Методы познавательной деятельности детей: иллюстративно-объяснительный метод репродуктивный метод

Метод наглядного восприятия - способствует более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям.

К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков.

Метод внушения, то есть способ воздействия, при котором педагог стремится передать ребенку своё отношение к определённому материалу – танцевальной лексике, музыке, характеру исполнения движения, чувству ритма и т. п., а также своё (или других) мнение, настроение, оценку. Метод убеждения – это способ воздействия, с помощью которого педагог обоснованно доказывает ребенку определённые положения, эстетические представления и оценки.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений. Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Рассмотренные методы наглядного обучения и устного изложения материала сочетаются с методом ритмично-практических действий.

Педагогические игры – метод с использованием игровых приёмов и ситуаций. Коллективно-творческое дело – метод применяется на такой стадии развития детского коллектива, когда воспитанники овладели определёнными навыками самостоятельной, практической и творческой деятельности.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

Музыкально-хореографические занятия в организации образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-хореографические занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкальноритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретической дисциплиной: беседы о хореографическом искусстве, о дыхании в хореографии, об актёрском мастерстве и о танцевальных жанрах. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, рассказы, беседы, объяснения которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях. Работа по данной программе формирует у дошкольников навыки танцевальной техники, превышающие базовую образовательную программу, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

**1.6. Элементы современных технологий, используемые в программе:**

Игровые технологии.(внедрение модели 4к) Психологические механизмы игровой деятельности опираются на фундаментальные потребности в креативности, коммуникабельности, критичности и командной работы. Игра активизирует деятельность учащихся, способствует улучшению позиции ребёнка в коллективе и созданию доверительных отношений между детьми. Через игру педагог постепенно увлекает ребёнка в мир искусства и, тем самым, формирует его мотивацию. Развивающие игры способствуют развитию внимания, памяти, мышления, умению сравнивать, сопоставлять, находить аналогии; будят воображение и фантазию. В игре ребёнок учится самостоятельности, приобщается к нормам и ценностям общества.

Личностно-ориентированные технологии. 10 Одной из важных идей в этих технологиях является формирование положительной «Я-концепции». Для этого необходимо: видеть в ребенке уникальную личность, уважать её, понимать, принимать, верить в неё; создавать личности «ситуацию успеха», атмосферу одобрения, поддержки и доброжелательности; предоставлять возможность и помощь детям в самореализации, в положительной деятельности. Таким образом, в результате использования данных технологий создаётся атмосфера обучения и воспитания, в которой ребёнок может познать себя, самовыразиться и самореализоваться.

**1.7. Планируемые результаты освоения программы.**

На занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию. Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля могут быть итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое 13сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе занятия, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций. Оценивая результат практической работы, а именно выступления детей, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Программа предусматривает три этапа обучения:

1 квартал – начальный;

2 квартал – расширенный;

3 квартал – углубленный.

Начальный (1 квартал) На этом этапе ребенок получает первоначальные знания о хореографии, первоначальные знания и умения исполнять движения, у него формируется творческий опыт работы с музыкой, закладывается фундамент для самостоятельной творческой деятельности. Главным результатом обучения являются: укрепление в каждом ребенке веры в себя, свои возможности познавать и преобразовывать мир; развитие у детей чувства красоты, радости от выступлений перед своими близкими, друзьями и другими людьми.

Расширенный (2 квартал) На этом этапе происходит развитие потребности в творческой деятельности, закрепление и расширение знаний, полученных на первом этапе, через сочинение и выполнение танцевальных комбинаций, продолжается совершенствование умений и навыков в исполнении движений.

Углубленный (3 квартал) Третий этап обучения способствует освоению большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру; формирует у детей познавательные мотивы учения, так как они видят конечный результат своей деятельности, который вызывает желание совершенствовать умения.

**В результате реализации данной образовательной программы дети должны знать:**

Коллективно-порядковые навыки и умения: строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку; занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться, без лишнего напряжения в коленях и плечах); равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»; выполнять бег: легкий и стремительный; ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линий; ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, их круга.

Музыкально-ритмические навыки и умения: упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением; передавать в хлопках более сложный ритмический рисунок, чем в начале года; передавать в движениях смену частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз; самостоятельно начинать движения после вступления; менять движения со сменой частей, музыкальных фраз; выразительно, ритмично передавать движения с предметами (ложки, палочки), согласовывая их с характером музыки.

Навыки и умения выразительного движения: творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, импровизациях, играх; бегать с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка; двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами; бегать на полупальцах; внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением; узнавать плясовые движения по мелодии; 17выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения; выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, мальчики – присядки, хлопушки; ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга врассыпную и обратно, подскоки; выполнять элементы классического и народно-сценического урока; выполнять элементы польки, русской пляски; русский народный танец «У завалинки»; «Полька»; хореографические композиции: «Птичий двор», «Зимняя сказка», «Буратино». выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, цветами); инсценировать хороводы; приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»)

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**2.1.Организация образовательного процесса**

Программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста (4-5 лет) в течение 1года. Программа базируется на научных данных возрастной психологии и физиологии воспитанников. Учебный материал рассчитан по кварталам обучения. Продолжительность занятия – 20 минут.

Структура занятия состоит из трех частей:

1часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности - 1/3 часть общего времени занятия.

2часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности - 2/3 общего времени занятия.

3часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности - 2-3 минуты.

**Список детей, посещающих хореографический кружок «Улыбка»**

1. Жумабек Руслан
2. Кульбак Фатима
3. Михайлова Таисия
4. Баженов Кирилл
5. Галушко Софья
6. Даирова Адия
7. Каирбаева Аделина
8. Гарифуллин Аббас
9. Жумагулова Аружан
10. Абузова Кристина
11. Коркотбаев Жангельды
12. Величко Диана
13. Нурмагамбетова Мадина
14. Досан Ансар
15. Федосеенко Эмилия
16. Коваль Ева
17. Свинтицкий Глеб
18. Гончарова Анастасия
19. Бузина Екатерина
20. Мамыржан Рамазан
21. Тойши Айлин
22. Давлятова Эсманур
23. Нарбаева Томирис
24. Серик Мансур
25. Каиргельды Жасмин
26. Гришковская Надежда
27. Сысоев Роман
28. Димурин Мирон

**2.2. Календарно-тематическое планирование**

**хореографического кружка « Улыбка»**

**в старшей группе «Балапан»**

**на 2022-2023 учебный год.**

**Сентябрь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | « Давайте познакомимся»! | Знакомство с детьми. Что такое танец? Основные правила поведение в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная. |
| 3 занятие  4занятие (закрепление) | «Цветные ленты» | Формирование правильного исполнения танцевального движения, шага. Разминка с флажками. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг. |
| 5 занятие  6 занятие  (закрепление) | «Азбука танца» | Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног. Постановка корпуса, рук. ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног : 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная. |
| 7занятие  8 занятие (закрепление) | Танцевальные шаги. | Пробудить интерес к занятиям. Танцевальныйим шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок. |

**Октябрь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | Хоровод «Красный рябина» | Учить детей русскому хороводному плавному шагу. Развивать способность ориентироваться в пространстве. Совершенствовать навык легкого поскока, бокового галопа, ориентировке в пространстве. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | «Вместе весело шагать» | Совершенствовать исполнения детьми «высокого шага». Воспринимать и передавать в движении темп и характер музыки. Развивать чувство ритма, активизировать внимание детей. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | «Цветные флажки» | Формирование правильного исполнения танцевального движения, шага. Разминка с флажками. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Танцевальные шаги с носка. Приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, в круг. |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | Танцевальные движения с цветами. | Формирование правильно ориентироваться в пространстве. Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. |

**Ноябрь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | Знакомство с эстрадным танцем «Капельки» | Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный). Разучивание положение рук, ног, головы и рук. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | « Танцуем все вместе»! | Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений. |
| 5 занятие  6 занятие  ( акрепление) | « Танцуем парами» | Разогревание первоначальные навыки координации движений. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота». |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | Знакомство с эстрадным танцем «Гномики». | Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный. быстрый. умеренный). Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса. |

**Декабрь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие  (закрепление) | Изучение элементов казахского танца. | Знакомство с движениями казахского народного танца. Разучивание основные положения рук и ног, перестроения. Основной шаг. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | Казахский шуточный танец « Тамаша» | Развитие ритмопластики движений детей под музыку. Воспитывать выдержку, начинать движения в соответствии с динамическими оттенками в музыке. Передавать задорный характер музыки. Работать над выразительностью движения рук. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | «Положение в паре» | Совершенствование в исполнении выученных движений. Разучивание основных элементов эстрадного танца в паре. |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | «Рисунок танца» | Научить детей перестраиваться из одного рисунка в другой. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна». |

**Январь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | Знакомство с элементами русской пляски. | Обучение детей русским танцевальным движениям. «Елочка», «гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выстукивание, хлопки. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | «Шире круг» | Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | Танцевальная игра. | Совершенствование в исполнении выученных движений. Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | Разучивание русского народного танца. | Знакомство с движениями народного танца. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. |

**Февраль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | «Танцуем все!» | Совершенствование находить свое место в строю и входить в зал организованно. Совершенствование в исполнении выученных движений. |
| 3 занятие  4 занятие  (закрепление) | «Часики тик- так» | Совершенствование передавать заданный образ. Развитие чувства ритма. Разминка с мячами. Упражнение с мячами. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в круг. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | Коллективно – порядковые упражнения: « Казахские узоры». | Совершенствование исполнение выученных движений. Поклон, поднимание на носок и при этом одновременно вытягиваем руки наверх, вперед, в сторону, вниз, под мышку, над головой. |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | « Мы веселые зверята» | Дать представление передавать заданный образ. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. |

**Март**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | Знакомство с эстрадным танцем «Фантазеры» | Закреплять навык танцевального шага с носка. Четко исполнять перестроения, держать равнение. Познакомить с новой композицией, обсудить содержание, настроение. Развивать творческое воображение. Разучить отдельные элементы. Совершенствовать умение двигаться во всем пространстве зала, перестраиваться из положения врассыпную в круг. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | Танцевальные элементы и композиции с музыкальными инструментами: «Бубен на двоих», «Колокольчики, динь, динь» | Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота». |
| 5 занятие  6 занятие  (закрепление) | «Танцевальный шкатулка» | Формирование умение ориентироваться в пространстве. Образные игры. Перестроение из круга в колонну и обратно. Шаг польки. Ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять навыки движения из круга врассыпную и обратно, подскоки. |
| 7 занятие  8 занятие  (закрепление) | Казахский шуточный танец: « Тамаша» | Развитие ритмопластики движений детей под музыку. Основные положение рук, ног, головы, корпуса.  Положение в паре, поворот, марш, притопы.  Основные элементы (основной ход, движение рук) Постановка танца. |

**Апрель**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие  (закрепление) | Знакомство с танцем « Помогатор» | Формировать коммуникативные навыки, умение быстро находить себе пару, ориентироваться в зале. Познакомить с рисунком танца. Разобрать основные движения. Формировать умение вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песни в движениях. |
| 3 занятие  4 занятие (закрепление) | Изучение элементов эстрадного танца «Помогатор» | Поощрять стремление к импровизации. Развивать умение вслушиваться в музыку, танцевать в характере музыки, используя изобразительные движения. Закреплять «рисунок» танца, отрабатывать отдельные элементы танца. Формировать новые выразительные исполнения. Добиваться легкости движений. Слышать смену фраз. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | Рисунок танца. | Обучение двигаться синхронно, соблюдать дистанцию. Разучивание выученных движений с рисунком танца. |
| 7 занятие  8 занятие (закрепление) | Танцевальные элементы. | Повышение гибкость суставов. «Змейка», «чак-чак», «чек», «рука в руке», галоп, па балансе, па шаги, па польки. |

**Май**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема занятия:** | **Цель:** |
| 1 занятие  2 занятие (закрепление) | « Птички- невелички» | Перестроение из круга в «птичку» и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой. |
| 3занятие  4 занятие (закрепление) | « Танцевальный серпантин» | Формирование умения двигаться в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами, бегать на полупальцах. Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе. |
| 5 занятие  6 занятие (закрепление) | « Кошечки» | Формирование правильную осанку Повышение гибкости суставов.Повторение пройденных тем. |
| 7 занятие  8 занятие  закрепление) | Мини концерт: «До встречи!» | Обучение детей танцевальным движениям. Костюмированное представление пройденных танцевальных номеров. |

(***музыка-творческая деятельность****)*

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1. Учебно – методическое обеспечение.**

Технические средства обучения (звуковые): видеоаппаратура; мультимедийная система; пианино.

Учебно-наглядные пособия; детские музыкальные инструменты: трещотки, палочки, металлофоны, бубны, гармошки, свистульки и др. музыкальные инструменты;

Разнообразная атрибутика - платочки, платки, кокошники, шляпы. Ленты (0,5 – 1,2 метра), цветы, листья; корзинки, мячи, обручи, палки, игрушки; листочки по количеству детей; бантики, колокольчик, бубенцы. маски – атрибуты зайчиков, лисички, муляжи овощей, фруктов, картинки разнообразные.

Костюмы для выступлений, атрибуты;

Просмотр видеозаписей с методическим материалом;

Использование различных видео материалов с записями музыкальных произведений;

Использование дидактических пособий (фотографий, картинок, игрушек и др.);

Атрибуты для танцевальных композиций;

Создание предметно развивающей среды способствующей всестороннему развитию ребенка (яркие костюмы, красочные декорации зала и т.д.

**3. 2. Материально - техническое и методическое обеспечение программы.**

1. Технические средства обучения (звуковые): Музыкальный центр; Мультимедийная система; Пианино; Микрофон.
2. Учебно-наглядные пособия: Детские музыкальные инструменты, костюмы, литература по хореографии для детей.
3. Набор СД – дисков с записями мелодий.
4. Атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки.

Методическое обеспечение Программы:

Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка - Пресс, 2006.

Скрипниченко «Чудо-ритмика»/ Программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.

Азбука хореографии. - СПб: Просвещение, 1996. Бриске И. Э.

Мир танца для детей. - Челябинск, 2005. Ваганова А. Я.

Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980. Захаров В. М.

**Приложение.**

1. Папка *«Самомассаж»*- упражнения по игровому самомассажу;

2. Папка *«Релаксация»*- упражнения на релаксацию в конце занятия;

3. Папка *«Музыкальные игры»*- подборка различных музыкальных игр на развитие творческого воображения и фантазии;

4. Музыкальные диски с музыкой для творческих заданий, танцев, игр;

5. Детские музыкальные инструменты, игрушки, мячи, обручи, ленты и т. п. для музыкальных игр и танцев.

6. Фотоколлаж.

**Картотека упражнений по игровому самомассажу для детей 4-5 лет.**

|  |
| --- |
| **«Утка и кот »**  **Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний**    **А уточки, а уточки**  **Все топают по улочке.**  **Идут себе вразвалочку**  **И крякают считалочку.**  **Утка крякает, зовет** Поглаживать шею ладонями сверху  **Всех утят с собою,** вниз.  **А за ними кот идет,** Указательными пальцами растирать  **Словно к водопою.** крылья носа.  **У кота хитрющий вид,** Пальцами поглаживать лоб от середины  **Их поймать мечтает!** к вискам.  **Не смотри ты на утят-** Раздвинуть указательный и средний  **Не умеешь плавать!** пальцы, сделать «вилочку» и массировать  точки около уха. |

|  |
| --- |
| **«Дождик»**  **Массаж спины под песню Е. Поплянской (сб. «А мы на уроке – играем»)**  **Дождик бегает по крыше-** Встать друг за другом «паровозиком»  **Бом! Бом! Бом!** и похлопывать друг друга по спине**.**  **По веселой звонкой крыше-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Дома, дома посидите-** Постукивание пальчиками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **Никуда не выходите-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Почитайте, поиграйте-** Поколачивание кулачками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **А уйду-тогда гуляйте-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Дождик бегает по крыше-** Поглаживание ладошками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **По веселой звонкой крыше-**  **Бом! Бом! Бом!**  **«Чтобы не зевать от скуки»**  **Оздоровительный массаж всего тела: быстрые, частые хлопки на соответств. слова**  **Чтобы не зевать от скуки, Постучим и тут, и там,**  **Встали и потерли руки, И немного по бокам.**  **А потом ладошкой в лоб Не скучать и не лениться!**  **Хлоп-хлоп-хлоп. Перешли на поясницу.**  **Щеки заскучали тоже? Чуть нагнулись, ровно дышим,**  **Мы и их похлопать можем. Хлопаем как можно выше.**  **Ну-ка дружно, не зевать:**  **Раз-два-три-четыре-пять*. Муз. рук-тель показывает ежика.***  **Вот и шея. Ну-ка, живо**  **Переходим на загривок. По сухой лесной дорожке-**  **Топ-топ-топ-топочут ножки.**  **А теперь уже, гляди, Ходит-бродит вдоль дорожек**  **Добрались и до груди. Весь в иголках серый ежик.**  **Постучим по ней на славу:**  **Сверху, снизу, слева, справа.** (вставка про ежика для сказки  «Рукавичка») |

|  |
| --- |
| **«Летели утки»**  **Дети садятся на ковер, где проводится массаж лица.**  **Летели утки** Слегка касаясь пальцами,  **Над лесной опушкой,** провести по лбу 6 раз  **Задели ели** Слегка касаясь пальцами,  **Самую макушку,** провести по щекам 6 раз  **И долго елка** Указательными пальцами  **Ветками качала…** массировать крылья носа  по кругу от себя  **«Гусь»**  **Дети садятся на ковер и делают массаж пальцев**  **Где ладошка? Тут? Тут!** Показывают правую ладошку.  **На ладошке пруд? Пруд!** Гладят левой ладонью правую.  **Палец большой-** Поочередно массируют  **Это гусь молодой,** каждый палец.  **Указательный-поймал,**  **Средний-гуся ощипал,**  **Безымянный-суп варил,**  **А мизинец-печь топил.**  **Полетел гусь в рот,** Машут кистями, двумя ладонями,  **А оттуда в живот.** прикасаются ко рту, потом к животу  **Вот!** Вытягивают ладошки вперед. |

|  |
| --- |
| **«Наши ушки»**  **Дети выполняют массаж ушей.**  **1. Загнуть руками уши вперед (4 раза); прижать руками ушные раковины, затем отпустить; потянуть руками мочки ушей в стороны, вверх, вниз, отпустить (4 раза);**  **Указательным пальцем освободить слуховые отвороты от «воды».**  **2. Загибание вперед ушных раковин: быстро загнуть вперед всеми пальцами, при-жать, резко отпустить.** (Способствует улучшению самочувствия всего организма)  **3. Оттягивание ушных раковин: кончиками большого и указательного пальцев потянуть вниз обе мочки ушей 5-6 раз.** (Полезно при закаливании горла и полости рта)  **4. Массаж козелка: захватить большим и указательным пальцами козелок. Сдавли-вать. Поворачивать его во все стороны в течение 20-30 секунд.** (Массаж стимулирует функцию надпочечников, укрепляет нос, горло, гортань, помогает при аллергии)  **5. Растирание ушей ладонями.**  **«Кто пасется на лугу»**  **Дети выполняют массаж спины**  **Далеко, далеко** Встать друг за другом паровозиком, положить руки на  плечи впередистоящего ребенка и похлопать по плечам.  **На лугу пасутся** Загнуть большой палец на правой руке и рисовать че-  тырьмя остальными пальцами змейку вдоль позвоноч-  ника впередистоящего.  **Ко…** Покачать плечами вперед-назад.  **-Козы?** Наклонить голову вперед  **Нет, не козы!** Покачать головой вправо-влево.  **Далеко, далеко** Повернуться на 180 и повторить движения 1 куплета  **На лугу пасутся**  **Ко…Кони? Нет, не кони!**  **Далеко, далеко** Опять повернуться на 180 и повторить те же движения  **На лугу пасутся**  **Ко…Коровы?** Повернуться на 90, покачать головой, руки на поясе  **Правильно, коровы!**  **Пейте, дети, молоко,** Постепенно присесть. На последний слог быстро встать  **Будете здоровы!** и поднять руки вверх. |

|  |
| --- |
| **«Божьи коровки»**  **Дети выполняют массаж ног**  **Божьи коровки, папа идет,** Сидя, поглаживать ноги сверху донизу  **Следом за папой мама идет,** Разминать ноги  **За мамой следом детишки идут,** Похлопывать ладошками  **Вслед за ними малышки бредут** Поколачивать кулачками  **Юбочки с точками черненькими.** Постукивать пальцами  **На солнышко они похожи,** Поднять руки вверх и скрестить кисти,  **Встречают дружно новый день**. широко раздвинув пальцы  **А если будет жарко им,** Поглаживать ноги ладонями и спрятать  **То спрячутся все вместе в тень.** Руки за спину**.**  **«Черепаха»**  **Самомассаж тела**  **Шла купаться черепаха** Дети выполняют легкое пощипывание  **И кусала всех со страха** пальцами рук груди, ног.  **Кусь! Кусь! Кусь! Кусь!**  **Никого я не боюсь!**  **Черепаха Рура!** Дети поглаживают себя ладонями,  **В озеро нырнула,** выполняя круговыедвижения и  **С вечера нырнула** приговаривают.  **И пропала… Э-эй,**  **Черепашка Рура,**  **Выгляни скорей!** |

|  |
| --- |
| **«Ириски от киски»**  **Массаж глаз (по китайской медицине)**    **В гости к нам явилась киска.** Потереть друг о друга средние пальцы рук  **Всем дает она ириски:**  **Мышке, лебедю, жуку,** Прикрыть неплотно глаза и провести паль-  **Псу, зайчонку, петуху.**  цами, не надавливая сильно на кожу, от  внутреннего края глаза к внешнему.  **Рады, рады все гостинцам!**  Совершать круговые движения зрачками  **Это видим мы по лицам.** глаз вправо и влево  **Все захлопали в ладошки,** Хлопки в ладоши  **Побежали в гости к кошке.** Постучать подушечками пальцев друг о  друга. |

|  |
| --- |
| **«Наши глазки »**  **Массаж глаз (по методике йогов)**  **- Сесть прямо, поставить на опору локти (на стол или спинку стула, на который ребенок садится, как наездник);**  - **Не отрывая локти, соединить ребра ладоней и мизинцы, опустить голову, чтобы ладони легли на закрытые глаза, а лоб упирался в верхнюю часть ладоней и пальцы;**  **- Расслабить мышцы шеи. Точкой опоры становится лоб, ладони лишь прикасают-ся к глазам;**  **- Легко массировать ладонями глаза. Чередовать надавливание, вращение, погла-живание и вибрацию; выполнять 1-2 минуты. Хорошо, если возникнет ощущение тепла в глазах;**  **- Расслабить глаза.**  (Массаж вызывает активную циркуляцию в глазах крови, стимулирует нервные окончания и дает прекрасный отдых утомленному зрению) |

|  |
| --- |
| **«Пироги»**  **Дети выполняют самомассаж тела**  **За стеклянными дверями** Выполнять хлопки правой ладонью  по левой руке от кисти к плечу.  **Ходит мишка с пирогами** То же по правой руке  **Здравствуй, Мишенька-дружок,** Хлопки по груди  **Сколько стоит пирожок?** Хлопки по бокам  **Пирожок-то стоит три,** Хлопки по пояснице  **А готовить будешь ты!** Хлопки по ногам сверху вниз  **Напекли мы пирогов,** Выполнять последовательное погла-  **К празднику наш стол готов!** живание рук, корпуса, ног |
| **Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний**  **Да – да – да – есть у деда борода.** Потереть ладони друг о друга  **Де – де – де – есть сединки в бороде.** Руками провести по шее от затылка до  яремной ямки.  **Ду – ду – ду – расчеши бороду.** Большими пальцами мягко провести по  шее от подбородка вниз  **Да – да – да – надоела борода.** Сжав руки в кулаки, возвышениями боль-  ших пальцев быстро растереть крылья носа  **Ду – ду – ду – сбреем деду бороду.** Положить три пальца на лоб всей плоскостью  и, мягко надавливая, поглаживать лоб.  **Ды – ды – ды – больше нет бороды.** Раздвинув указательный и средний пальцы,  положить их перед и за ушами и с силой  растирать кожу |

|  |
| --- |
| **«Жарче, дырчатая тучка»**  **Дети выполняют самомассаж**  **Жарче, дырчатая тучка,**  Растереть ладошки.  **Поливай водичкой ручки,**  **Плечики и локоточки,** Постукивать пальцами по плечам,  **Пальчики и ноготочки,** локоткам, кистям, затылку, вис-  **Мой затылочек, височки,** кам, подбородку, щекам.  **Подбородочек и щечки!**  **Трем мочалкою коленочки,** Растереть ладонями колени,  **Щеточкой трем хорошенечко** ступни и пальцы ног.  **Пяточки, ступни и пальчики…**  **Чисто-чисто моем мальчика!**  **Чисто-чисто моем девочку,**  **Нашу девочку-припевочку!** |

|  |
| --- |
| **«Белый мельник»**  **Массаж лица для профилактики простудных заболеваний**  **Белый-белый мельник**  Провести пальцами по лбу от середины  **Сел на облака.**  к вискам.  **Из мешка посыпалась** Легко постучать пальцами по вискам  **Белая мука.**  **Радуются дети,** Сжав руки в кулаки, возвышениями  **Лепят колобки.** больших пальцев быстро растереть  крылья носа.    **Заплясали санки,** Раздвинув указательный и средний  **Лыжи и коньки.** пальцы, массировать точки перед собой  и за ушными раковинами. |

|  |
| --- |
| **«Лиса»**  **Гимнастика для глаз**  **Ходит рыжая лиса,** Крепко зажмурить и открыть глаза  **Щурит хитрые глаза.**  **Смотрит хитрая лисица,** Вытянуть вперед правую руку, на кото-  **Ищет, где бы поживиться.** рой все пальцы, кроме указательного,  **с**жаты в кулак. Вести рукой вправо-влево  и следить за движением указательного  пальца глазами, не поворачивая головы.    **Пошла лиска на базар,** Поднять руку и опустить, прослеживая  **Посмотрела на товар.** взглядом.  **Себе купила сайку,** Описать рукой круг по часовой стрелке и  **Лисятам балалайку.**  против нее. |

|  |
| --- |
| **«Солнышко»**  **Гимнастика для глаз**  **Солнышко, солнышко, в небе свети!** Потянуться руками вверх  **Яркие лучики к нам протяни.**  **Ручки мы вложим в ладошки твои,** Похлопать в ладоши над головой  **Нас покружи, оторви от земли.** Покружиться, подняв руки вверх  **Солнечный лучик быстро скакал,** Вытянутьвпередправую руку, медленно  **И на плечо он к ребятам упал.** прикоснуться указательным пальцем к  правому плечу. Проследить глазами.  **Весело лучик песенку пел,** Повторить то же самое с левой рукой  **Каждый себе на плечо посмотрел.**  **Солнечный лучик быстро скакал,** Вытянуть руку вперед и коснуться паль-  **И на маленький носик к ребятам попал.** цем кончика носа. Проследить глазами.  **Весело лучик песенку пел,**  **Каждый на носик себе посмотрел.**  **Хлопают радостно наши ладошки,** Похлопать в ладоши.  **Быстро шагают резвые ножки.** Ходьба на месте.  **Солнышко скрылось, ушло на покой,** Закрыть глаза и положить руки под щеку  **Мы же на место сядем с тобой.** Сесть на стульчики |

**Картотека упражнений на релаксацию для детей 4-5 лет.**

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ПОРХАНИЕ БАБОЧКИ»**  Взрослый. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу. Приятный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движениями ее крыльев. Они легки и грациозны. Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он бабочка, что у него яркие красивые и большие крылья. Почувствуйте, как ваши крылья плавно и медленно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на пахучую серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат. и откройте глаза. Расскажите о своих ощущениях. Дети поочередно рассказывают о своих ощущениях. |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ОТДЫХ НА МОРЕ»**  Взрослый. Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды. Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает лицо, шею, плечи, спину, живот, руки, ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться. Откройте глаза. Вы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ВОЛШЕБНЫЙ СОН»**  Взрослый. Лягте удобно, закройте глаза. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Волшебный сон закончится, когда я скажу: «Всем открыть глаза и проснуться!»  Мы спокойно отдыхаем.  Мы спокойно отдыхаем.  Сном волшебным засыпаем,  Сном волшебным засыпаем.  Дышится легко,  Ровно, глубоко.  Наши руки отдыхают,  Наши руки отдыхают,  Ноги тоже отдыхают,  Отдыхают, засыпают.  Шея не напряжена,  А расслаблена она.  Губы чуть приоткрываются,  Все чудесно расслабляется.  Дышится легко, ровно, глубоко.  Хорошо нам отдыхать!  Но пришла пора вставать!  Музыка выключается.  Крепче кулачки сжимаем,  Их повыше поднимаем.  Потянуться! Улыбнуться!  Всем открыть глаза и проснуться! |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ПОЛЕТ ВЫСОКО В НЕБЕ»**  Взрослый. Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы находитесь на ароматном летнем лугу. Над вами теплое летнее солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно счастливыми и спокойными. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями. Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук крыльев, энергично рассекающих воздух. Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он птица. Представьте, что вы медленно парите, плывете в воздухе, а ваши крылья распростерты в стороны, они рассекают воздух. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением полета. А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле. Вот вы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на целый день. |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ПРИДУМАННАЯ СТРАНА»**  Взрослый. Сядьте (лягте) удобно, закройте глаза. Представьте, что вы находитесь в волшебной стране. Здесь живут только добрые люди и звери, растут самые красивые цветы, после дождя на небе появляется самая яркая радуга. Вам хорошо и спокойно. Вы можете делать все, что вам хочется. Далее можно описать различные объекты. Вы видите чистый берег и воду. Поплавайте в море. Ощутите приятную свежесть морской воды. Взрослый предлагает детям открыть глаза и рассказать о своих чувствах, ощущениях, запомнить их |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ПУТЕШЕСТВИЕ В ВОЛШЕБНЫЙ ЛЕС»**  Взрослый. Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы в лесу, где много деревьев, кустарников, всевозможных цветов. В самой чаще леса стоит белая каменная скамейка, присядьте на нее. Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами целый день. |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ТИХОЕ ОЗЕРО»**  Взрослый. Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, его лучи согревают вас, вы чувствуете себя все лучше и лучше. Вы слышите пение птиц и стрекотание кузнечиков. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух прозрачен и чист. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете. А теперь откройте глаза. Мы в детском саду, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения будут с нами в течение всего дня. |

|  |
| --- |
| **РЕЛАКСАЦИЯ «ВОЗДУШНЫЙ ШАРИК»**  Дети сидят на стульчиках. Взрослый. Откиньтесь на спинку стула, спина прямая и расслабленная, руки сложены на груди так, чтобы пальцы сходились. Глубоко вдохните воздух носом, представьте, что ваш живот — это воздушный шарик. Чем глубже вдыхаешь, тем больше шарик. А теперь выдыхайте ртом, чтобы воздух улетел из шарика. Не торопитесь, повторите. Дышите и представляйте себе, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше. Медленно выдыхайте ртом, как будто воздух уходит из шарика. Сделайте паузу, досчитайте до пяти. Снова вдохните и наполните легкие воздухом. Выдохните, почувствуйте, как вы наполняетесь энергией и хорошим настроением. |

**Картотека музыкальных игр на развитие творческого воображения и фантазии для детей 4- 5 лет.**

**«Дятел»**

**Цель**: Выстукивание заданного ритма.

**Ход игры**: Воспитатель проговаривает текст с ритмическим выстукиванием:

Тук, тук, тук-тук-тук,

Мы в лесу слыхали стук.

Тук, тук, тук-тук-тук,

Это дятел сел на сук.

Воспитатель задает ритмический рисунок, дети повторяют.

**«К нам гости пришли»**

**Цель**: Побуждать детей подбирать нужные ритмы для разных персонажей

**Ход игры**: К детям приходят в гости разные игрушки:

Медведь просит любого ребенка сыграть на бубне, а он станцует (ребенок должен играть медленно),

Зайчик (прыгает под быстрые удары молоточком на металлофоне),

Лошадка (скачет под четкие, ритмичные удары молоточка или ложек),

Птичка (летит под звон колокольчика).

**«Ритмический кубик»**

**Цель**: Развивать звуковое внимание, ритмичность; закреплять слуховые представления о равномерной пульсации звуков. Использовать «звучащие» жесты – хлопки, щелчки, притопы и т.д. Закреплять навыки прямого счета, вызывать положительные эмоции от игры.

**Ход игры**: Используется кубик на гранях которого изображено разное количество предметов:

1 – 1 бабочка

2 – 2 цветка

3 – 3 клубнички

4 – 4 листика

5 – 5 шишек

6 – 6 елочек

Дети в кругу под веселую ритмичную музыку передают кубик по кругу, проговаривая:

Ты возьми веселый кубик,

Передай его друзьям,

Что покажет этот кубик –

Повтори за ним ты сам!

Ребенок бросает кубик в круг. Педагог предлагает ему или всем играющим сосчитать, сколько, например, цветочков изображено на выпавшей грани кубика. Затем дети столько же раз хлопают в ладоши и т.д. Сопровождать «звучащие» жесты нужно счетом вслух.

**«Кого встретил колобок»**

**Цель:** Воспринимать и различать звучание высокого, среднего и низкого регистра.

**Ход игры:** Воспитатель предлагает отгадать музыкальные загадки. Мелодия звучит в разных регистрах.

«Заяц» - в высоком,

«Лиса» - в среднем,

«Медведь» - в низком

Дети угадывают и показывают на дидактическом пособии.

**«Лесенка»**

**Цель:** Различать движение мелодии вверх и вниз.

**Ход игры:** Воспитатель поет с детьми песенку «Лесенка» («Вот иду я вверх, вот иду я вниз») несколько раз, сопровождая каждый звук движением руки, постепенно поднимая ее, а затем опуская. Пропойте движения мелодии вверх или вниз на слова «Топ, топ, топ» и попросите ребенка ответить, в каком направлении движется девочка: вверх или вниз по лесенке.

**«Лесенка-чудесенка»**

**Цель:** Различать движение мелодии вверх и вниз, слышать первую и пятую ступени лада

**Ход игры:** Воспитатель предлагает ребенку сыграть на металлофоне песенку «Лесенка». Затем загадывает загадки: играя движение мелодии вверх или вниз, просит узнать, куда пошла мелодия песни. Затем усложняется задание. Воспитатель, исполняя любую фразу, не доигрывает последний звук. Просит ребенка определить направление движения мелодии и допеть недостающий звук.

**«Песенки-картинки»**

**Цель:** Закреплять с детьми знакомые песни

**Ход игры:** Собираются картинки знакомых детям песен, наклеиваются на кубик. Затем проводится игра.

**«Песня-танец-марш»**

**Цель:** развивать представления об основных жанрах музыки, способность различать песню, танец, марш.

**Ход игры**: В игре используется набор карточек: девочка поет, девочка пляшет, мальчик шагает. Дети слушают 3 пьесы разных жанров и выбирают нужную карточку.

**«Передай кубик»**

**Цель:** Побуждать детей к сочинению коротких мелодий в жанре марша и колыбельной на заданный текст.

**Ход игры**: Воспитатель с детьми держа в руках кубик, шагает и поет:

Мы идем, мы идем, Тра-та-та,

Мы поем, мы поем, Ля-ля-ля.

Затем передает кубик ребенку. Ребенок выбирает картинку на кубике по желанию. И соответственно сочиняет свою песенку:

Я иду, я иду,

Тра-та-та

Я пою, я пою

Тра-ля-ля

Я шагаю далеко

Раз, два, три

Я шагаю далеко

Посмотри

Я пою, я пою:

Баю-бай

Баю-бай, баю-бай

Засыпай

Баю, баю, баю

Куколку качаю

Баю-бай, баю-бай

Поскорее засыпа

**«Кто как поет»**

**Цель:** Повторять короткие звукоподражания за взрослыми

**Ход игры**: Воспитатель читает короткие стихотворения:

Ясное солнышко

Рано встает

Песни петух

На заборе поет:

Ку-ка-ре-ку

Ку-ка-ре-ку

Свинка на завтрак

Ведет поросят

Круглые глазки

Как бусы блестят,

Хрю, хрю, хрю.

Утки спешат

Искупаться в пруду

Желтой цепочкой

По тропке идут,

Кря, кря, кря.

Скачет козленок

По траве:

Скок-скок.

Весело лает

У будки щенок:

Гав-гав.

Рыжий Бобик

Кошку Мурку напугал:

Гав-гав-гав.

Сссоры все пора забыть,

Лучше весело дружить

Долго не сердить, быстро помирись.

Вместе весело играли,

И друг друга догоняли:

Мяв-гав, мяв-гав, мяв-гав.

**«Музыкальный кубик»**

**Цель:** Развивать у детей интерес к игре на музыкальных инструментах, воспитывать коммуникативные навыки в игре, доброжелательные отношения друг к другу. Доставить радость от совместной игры.

**Ход игры**: На столе лежат музыкальные инструменты:

* Бубен
* Барабан
* Ложки
* Дудочка
* Колокольчик
* Маракас

(эти же инструменты изображены на гранях кубика). Дети стоят в кругу и передают кубик под музыку со словами:

Все играет и поет,

Кубик скажет, кто начнет!

Ребенок, который бросал кубик, называет изображенный на верхней грани инструмент, берет его со стола и играет знакомую несложную мелодию. В конце остальные дети ему хлопают. Ребенок возвращает инструмент на столик. Игра повторяется по желанию детей.

**«Кубик «Угадай-ка»»**

**Цель:** учится подражать звучанию различных предметов голосом.

**Ход игры**: Педагог и дети стоят или сидят в кругу. Звучит любая веселая мелодия, и дети передают кубик друг другу. Педагог и дети произносят текст:

Кубик детям передай,

Кто пришел к нам, угадай!

Ребенок, у которого оказался кубик, бросает его на пол в кругу, затем показывает голосом, какой звук может издавать предмет, изображенный на верхней грани кубика. На гранях кубика могут быть изображены: часы, молоток, туча и капелька, самолет, паровоз, желтые листочки и т.д.

**«Кубик - оркестр»**

**Цель:** Чувствовать и воспроизводить метрический пульс речи (стихов) и музыки, развивать коммуникативные навыки, слуховое внимание, навыки элементарного музицирования в оркестре, чувство ритма; воспитывать интерес к игре на музыкальных инструментах.

**Ход игры**: Дети в кругу под веселую ритмичную музыку передают кубик по кругу, проговаривая слова:

Кубик движется по кругу,

Передайте кубик другу.

Кубик может показать,

На чем тебе теперь играть!

Каждый ребенок по очереди кидает кубик, берет выпавший инструмент со стола и кладет на свой стульчик. Игра повторяется, пока все дети не возьмут себе инструменты. Затем все вместе играют в «оркестр». Целесообразно разбить детей на подгруппы. По желанию детей игру можно проводить несколько раз.

**«Кубики-календарики»**

**Цель:** Формировать и развивать певческий голос, певческие навыки. Совершенствовать чувство темпа и ритма. Учить сочетать текст с движениями и музыкой. Создавать у детей хорошее настроение, расширять представления об окружающей природе и явлениях, происходящих вней. Учить понимать красоту сменяющих друг друга времен года и воспитывать творческое отношение к природе.

**Ход игры**: На гранях кубика – картинки с изображением времен года, по четыре разукрашенных кубика на четыре сезона. Дети, стоя или сидя в кругу, передают друг другу кубик и ритмично произносят текст:

Календарик мы листаем,

Кубик другу отправляем,

К кому кубик попадает

Тот стишок нам всем читает!

Ребенок с кубиком читает стишок или исполняет вокальную импровизацию, соответствующую времени года. По желанию детей игра повторяется несколько раз. В процессе игры можно выучить с детьми стихотворение из цикла С.Маршака «Круглый год».

**Список литературы**

1. О. Н. Арсеневская *«Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду»* Изд. 2-е. *«Учитель»* 2013г. Волгоград.

2. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет». Москва. *«Просвещение»*1983г

3. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски Детей 6-7 лет. Москва. *«Просвещение»*1983г.

4. А. И. Буренина *«Коммуникативные танцы-игры для**детей»*. *«Ритмическая пластика для Дошкольников»*.

5. Е. В. Горшкова *«От жеста к танцу»*. 1кн. «Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 -7 лет творчества в танце». Москва, изд. *«Гном»* 2002г.

6. Н. Зарецкая. *«Танцы для детей старшего дошкольного возраста»*. Москва, изд. Айрис ПРЕСС 2005г.

7. И. Каплунова, И. Новоскольцева *«Потанцуй со мной, дружок»*. Санкт-Петербург 2010г.

8. М. Ю. Картушина *«Конспекты логоритмических занятий с детьми 4-5 лет»*. Москва,2010г. Изд. *«Т. Ц. Сфера»*.

9. М. Ю. Картушина *«Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет»*. Москва 2010г. Изд. *«Т. Ц. Сфера»*.