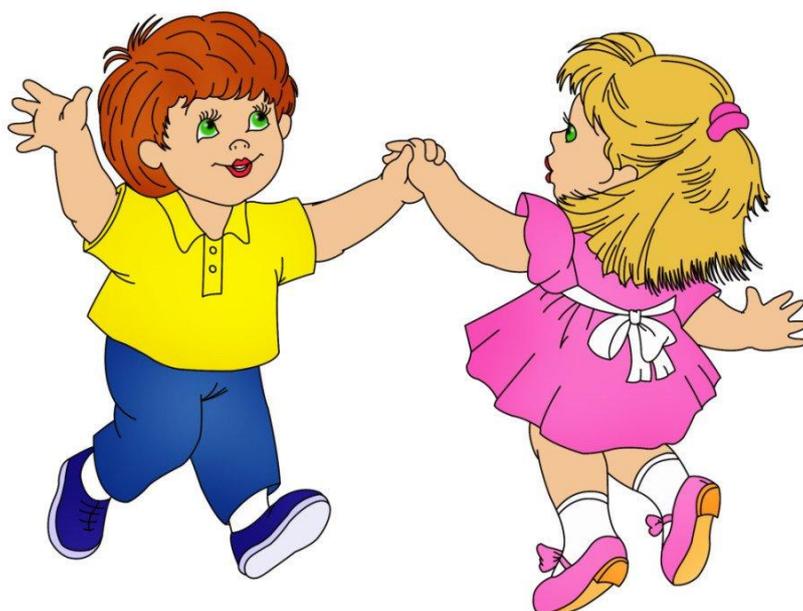


**«Развитие музыкально-ритмических движений
через восприятие музыкального образа детьми
дошкольного возраста общеразвивающих групп и
групп компенсирующей направленности»**

Серeda Галина Анатольевна, музыкальный руководитель
Серeda Оксана Владимировна, музыкальный руководитель



Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Танцевально-игровые упражнения.....	4
3. Музыкально-ритмические упражнения.....	8
4. Танцевальные игры.....	12
5. Сюжетные и характерные танцы.....	17
6. Список рекомендуемой литературы.....	22

Пояснительная записка

Танец - это искусство, ему присущи выразительность и информативность, поэтому **цель комплекса упражнений** – развитие музыкально-ритмических способностей, через танцевальную деятельность.

Задачи:

- развить творческую фантазию и воображение, а так же выразительно и эмоционально исполнить образы; уметь в движении передавать настроение;
- добиваться связывания танцевальных движений с ритмом музыки;
- развивать двигательные качества и умения (двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки);
- побуждать к творческим проявлениям в музыкально-ритмической деятельности.

Посредством движений тела выражают самые разные чувства, например радость – жестикуляцией рук, страх – когда все тело напрягается и резко падает назад, или чрезмерная самоуверенность – характерной манерой держать плечи и походкой и т.п.

Ритмично-танцевальные упражнения направлены на восприятие эмоциональной отзывчивости на музыку, целостное восприятие ее содержания и характера.

Музыкально-ритмические навыки составляют основу упражнений с музыкальными заданиями. Они подводят воспитанников к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, учат разбираться в многообразии характера музыки.

Навыки выразительного движения направлены на тренировку и совершенствования культуры движений, которые в процессе занятий становятся более выразительными, пластичными и ритмичными.

Занятия проводятся в игровой форме, учитывая возраст воспитанников. Дети 5-7 лет воспринимают мир через игру, поэтому в музыкальных играх дети создают определенный образ и передают в движении разнообразные чувства. После прослушивания музыкального произведения дети рассказывают о музыке, передают свои впечатления.

Комплекс упражнений содержит систематически подобранные упражнения, игры и этюды, которые могут быть использованы на музыкальных занятиях в детском саду. Они способствуют воспитанию музыкального восприятия у детей, совершенствованию их движений, развивают способность творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Кроме того, каждое из них выполняет свою специальную задачу: одно помогает усвоить определенный двигательный навык, другое направляет внимание детей на отражение той или иной особенности музыки и т. п. Отдельно сгруппированы этюды для подготовительной к школе группы и упражнения с мячом. Эти разделы являются дополнением к программе и способствуют закреплению полученных музыкальных и двигательных навыков.

Танцевально – игровые упражнения

Упражнение №1 - Игра «Зеркальный танец»

Цель: Разогреть тело, разбудить эмоции, снять мышечные зажимы и настроить на работу.

Музыка: любая ритмичная, темп средний.

Игра «повторялка». Участники садятся на пол или на стулья, расположенные полукругом. Педагог сидит в центре зала и показывает разные движения для всех частей тела, давая установку: «танцует правая нога», «танцует левая нога», «смотрим по сторонам» (упражнение для головы), «удивляемся» (упражнение для плеч), «ловим комара» (хлопок под коленом), «притаптываем землю» (притопы) и т.д. По команде «танцует всё» - в работу включаются все части тела (повторяется 3-4 раза).

Игра проводится в начале занятия и является частью ритмической гимнастики в танцевально-игровом тренинге.

Упражнение №2 - Игра «Цепочка»

Цель: Исследовать возможность вхождения в контакт и взаимодействие в группе.

Музыка: ритмичная, темп умеренно-быстрый

Участники становятся в колонну и двигаются змейкой. Их руки находятся в постоянном сцеплении, которое по команде ведущего принимает разные формы: руки на плечи, на пояс, накрест, за руки, под руки и т. д.

При этом ведущий меняет предлагаемые обстоятельства: «двигаемся по узкой тропинке на носочках», «идем по болоту- ступаем осторожно», «перешагиваем лужи» и др.

Упражнение №3 - Игра «Матросы»

Цель: Развить координацию, снять напряжение в группе, отработка движений.

Музыка: мелодия «Яблочко», темп умеренно-быстрый.

Игра построена на основных движения танца «Яблочко». Все строятся в две шеренги.

1 этап Педагог дает команду и показывает, что нужно делать, участники повторяют:

- «маршируем» (марш на месте с высокоподнятым коленом);
- «смотрим вдаль» (наклоны в стороны, кисти рук изображают бинокль);
- «тянем канат» (на «раз, два» - выпад на правую ногу в сторону, руки изображают захват каната, на «три, четыре» – переносим тяжесть тела на левую ногу и тянем к себе канат);
- «лезем на мачту» (подскоки на месте, руки имитируют подъем по веревочной лестнице);
- «смирно!» (подъем на полупальцы : вверх, вниз, правая рука к виску).

2 этап Педагог вразброс дает команды, участники самостоятельно выполняют.

Упражнение № 4 - Игра «Танец аборигенов»

Цель: стимулировать творческое самовыражение, высвобождение чувств, повысить самооценку, развивать танцевально-экспрессивные возможности.

Музыка: Афро-джаз. Темп быстрый.

Все становятся в круг.

1 этап. Педагог показывает базовые движения африканских танцев, участники пытаются повторить.

2 этап. Каждый участник, по очереди солирует в кругу с воображаемым копьем или бубном. Группа продолжает двигаться на месте. Каждый солист получает в подарок аплодисменты.

Упражнение №5 - Игра «Паруса»

Цель: Снизить эмоциональное возбуждение, восстановить дыхание, помочь ориентации в пространстве и развить умение чувствовать себя частью единого целого.

Музыка: спокойная инструментальная. Темп медленный.

Это упражнение на напряжение и расслабление.

Группа строится в форме клина, изображая парусный корабль.

1 этап. По команде учителя: «поднять паруса», все поднимают руки в стороны, слегка отводя их назад, и замирают, стоя на полупальцах.

2 этап. По команде учителя: «спустить паруса» - опускают руки, приседая вниз.

3 этап. По команде: «попутный ветер» - группа двигается вперед, сохраняя форму клина корабля.

4 этап. По команде: «полный штиль» - все останавливаются.

Повторить 3-4 раза.

Упражнение №6 - Игра «Переправа»

Цель: Осознать свои танцевальные возможности, развить умение импровизировать, стимулировать творческое самовыражение.

Музыка: разные стили по ритму и темпу («барыня», «вальс», «реп», «латина», «полька», «джаз», и т.д.).

Участники располагаются на одной стороне зала.

Задача: переправится на другую сторону по одному человеку.

Каждый участник должен постараться придумать свой способ перемещения, используя свои танцевальные знания (различные танцевальные шаги, прыжки, танцевальный бег, подскоки, повороты и т.д.)

После того как, все ученики оказались на другой стороне зала, упражнение повторяется еще раз под другую музыку.

Упражнение №7 - Игра «Невесомость»

Цель: помочь ориентации в пространстве, исследовать возможность самопонимания и самосознания в предлагаемых обстоятельствах, развить групповое взаимопонимание и взаимодействие.

Музыка: спокойная «космическая», темп медленный.

1 вариант: Участники хаотично располагаются по залу и медленно («Заторможенно») перемещаются, изображая состояние невесомости.

2 вариант: Участники располагаются по кругу и изображают игру в волейбол в невесомости, посылая друг другу импульсы взглядом и медленными жестами во время «передачи мяча».

Учитель становится равноправным участником игры. И собственным примером

Упражнение № 8 - Игра «Костер»

Цель: Стимулировать общение в парах, развить способность взаимопонимания и вхождения в контакт с партнером по танцу, расширить танцевально - экспрессивный репертуар.

Музыка: энергичная, темпераментная музыка разных стилей и жанров (например «танец с саблями»). Темп: быстрый или умеренно - быстрый.

Группа образует круг, все садятся на пол, поджимая колени или «постурецки». Двое участников, у каждого из которых, в руках находится красный платок, выходят в центр и импровизируя в дуэтом танце, вступая по желанию во взаимодействие, изображают **пламя костра**.

По сигналу учителя «языки пламени» (платки) передаются следующим участникам, и теперь они поддерживают костер, стараясь проявить фантазию и исполнить свой «танец огня», не похожий на предыдущий. Игра продолжается до тех пор, пока все не побывают в кругу.

Упражнение № 9 - Игра «Трансформер»

Цель: побудить участников к взаимодействию и взаимопониманию, развить чувство ориентации в пространстве.

Музыка: в качестве музыкального сопровождения игры используется ритм.

Педагог дает команды: построится в колонну, шеренгу, диагональ; сделать круг широкий, круг плотный, два круга, три круга; сделать круг в круге; встать по парам; встать по тройкам и т.д..

Таким образом, группа трансформируется, принимая различные фигуры и положения. При этом можно усложнить задание и перестраиваться маршем, подскоками, прыжками, кошачьим шагом, другими танцевальными движениями. Или выполнять задания за установленный промежуток времени (счет до пяти или до десяти).

Упражнение № 10 - Игра «Лебединое озеро»

Цель: Осознать свои танцевальные особенности и возможность самовыражения, развить умение импровизировать.

Музыка: различные вальсы, темп средний или умеренно-быстрый.

Участники располагаются по всему залу, принимая статичное положение (стоят, сложив «крылья» или приседают на корточки).

Педагог (исполняя роль феи или волшебницы) поочередно дотрагивается волшебной палочкой до участников, каждый из которых исполняет сольный танец лебедя. При повторном касании волшебной палочкой «лебедь» снова замирает.

Участники и педагог дают комментарии, стимулируя проявление индивидуальности.

Музыкально-ритмические упражнения

Упражнение «Колокола и колокольчики»

Дети стоят по линиям, руки опущены вниз.

Изображаем колокол: активный хлопок над головой на счет «раз» на счет «два» пауза. Повторить еще.

Изображаем колокольчик: руки перед собой, мелкие хлопки ладонями на счет «раз» и «два»

Рекомендация: руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты вверх. Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого уха или левого. Педагог следит за четким исполнением ритмического рисунка.

Упражнение «Бабочка»

Участники стоят врассыпную

На «раз» «два» поднимают через стороны вверх «крылья»

На «три» «четыре» опускают «крылья»

Повторение движений

Далее выполняются более мелкие движения кистями рук, локти согнуты в локтях.

Далее повторение первых движений.

Рекомендация: движение «крыльев» должно быть более пластичными, исключить зажатость, добиваться свободы исполнения.

Игра «Мышеловка»

Игроки делятся на две группы: одни изображает мышеловку, другие – мышей. Мыши изображают цепочку.

На 1-4 такт Игроки, изображающие мышеловку, двигаются по кругу вправо

На такт 5-8 двигаются по кругу влево.

На такт 9-12 прохлопывают ритмический рисунок.

На такт 13-20. в «мышеловке» поднимают вверх сцепленные руки. Мыши нагибаются. Начинают бежать цепочкой за ведущим, пробегают через мышеловку. На конец такта мышеловка защелкивается (опускают руки. Оставшиеся в центре мышки присоединяются к участникам, образуя круг.

Рекомендация: мыши могут пробегать через мышеловку 2-3 раза. Выбежав, ведущий тут же двигается по направлению к центру «мышеловки» через поднятые руки. В этом случае игра будет протекать динамичнее.

Упражнение «Дождик»

Исполнители стоят по кругу.

Такт 1-4 взмахивают кистью правой руки четыре раза сначала вверх, затем ниже и ниже и затем внизу (это падают капли дождя на землю)

Такты 5-8 встряхивают кисти левой руки четыре раза сверху вниз.

Такт 9 три раза быстро встряхивают кисти обеих рук, раскрытых в стороны

Такт 10 три раза быстро встряхивают кистями обеих рук, сблизив их перед грудью.

Рекомендация: упражнение образное, важно обратить внимание на острое звучание мелодии в отдельных тактах, динамические изменения.

Упражнение «Охотники»

Цель: учить детей передавать в движении ритм и темп стиха, выделяя сильную долю.

Ход игры: дети маршируют, выполняя движения соответственно содержанию стихотворения.

Ведущий. Мы охотники на льва, да?

Дети. Да! (Маршируют.)

Ведущий. Не боимся ничего, нет?

Дети. Нет!

Ведущий. А в руках у нас ружье!

Дети: Пиф-паф! (Ногу ставят на пятку, как бы прицеливаются.)

Ведущий. И булатный меч! (Маршируют.)

Дети. Раз-два. (Имитируют взмахи мечом.)

Ведущий. Мы по улице идем,

Левой, правой, левой, правой!

На охоту всех зовем.

Левой, правой, левой, правой! (Маршируют.)

Ведущий. Стоп! Перед нами река.

Широка, глубока,

Реку мы переплывем. (Имитируют стиль плавания.)

Кролем, брассом поплывем.

Ведущий. Стоп! Перед нами лес.

Деревья до небес,

Болото на пути,

Как туда пройти?

С кочки на кочку

Прыг, прыг, прыг!

С кочки на кочку

Чав, чав, чав, чав. (Прыгают с ноги на ногу.)

Ведущий. Стоп! Пещера на пути

Нам в нее войти?

Дети. Не видать ничего.

Не слышать никого!

Ай, ай, ай, ай,

Ай, ай, ай, ай. (В недоумении разводят руками.)

Мы в пещеру вошли,

И кого же там нашли? (Идут медленно, на носочках, останавливаются.)

А в пещере лев спит

И громко храпит

Хр-хр-хр! (Имитируют храп, поднимая течи.)

Вдруг лев проснулся
Да как зарычит: Р-р-р! (Рычат.)
И каждый охотник как задрожит. (Дрожат.)
Испугались! Ой-ой! (Качают головой.)
И скорей бежать домой! (Бегут бегом.)
Ведущий. Домой добежали,
Очень устали. (Вытирают лоб рукой.)
Вот так охотнички!

Упражнение «Погуляем»

Цель: развитие движений, перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с ритмом и темпом музыки.

Ход игры: дети двигаются по залу для музыкальных занятий в разных направлениях.

Ведущий. Погуляем, погуляем

В садике своем...

Дети. Погуляем, погуляем

И дружка найдем. *(Находят себе пару — дружка.)*

По-ка! *(Отходят спиной назад на два шага и машут рукой, прощаясь.)*

Хлоп-хлоп! *(Останавливаются друг перед другом и делают два хлопка.)*

Привет! *(Вновь подходят друг к другу, здороваются.)*

По-ка! *(Делают два хлопка, отходят назад на два шага и машут рукой, прощаясь.)*

При повторении игры ребенок находит нового дружка. Можно предложить разные варианты игры: гулять парами, перестраиваться в круг (возможно перестроение по первой букве имени) и т.д.

Упражнение «Я иду к тебе»

Цель: перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с ритмом и темпом музыки.

Воспитатель. Хорошо вокруг,

Дети. *(Свободно гуляют по комнате.)*

Солнце светит нам. *(Находят себе партнера, становятся напротив друг друга и выполняют хлопки.)*

Улыбаюсь я всем моим друзьям.

Дети. *(Стоящие в парах берутся за руки и делают хлопки.)*

(Пары перестраиваются в общий круг и делают три хлопка и, взявшись за руки, идут по кругу.)

Воспитатель. Здравствуй, миленький дружок!

Становись со мной в кружок!

Хорошо вокруг,

Солнце светит нам,

Улыбаюсь я

Всем моим друзьям.

Танцевальные игры

1. Игра «Для самых маленьких»

Количество игроков: любое.

Дети повторяют за учителем слова и действия в медленном, среднем, а потом в быстром темпе; начиная говорить шёпотом, потом вполголоса и очень громко. Больше трёх раз повторять не рекомендуется.

Вперёд четыре шага,
Назад четыре шага,
Ножками потопаем,
Ручками похлопаем.
Глазками мигаем,
А потом попрыгаем.

2. Игра «Повтори за мной» или «Делай как я»

Количество игроков: любое.

Все становятся в круг, ведущий в центре под музыку показывает движения, а игроки за ним повторяют. Музыка меняется, ведущий тоже. Выбирать ведущего может как учитель, так и сами дети.

3. Игра «Ручеёк»

Количество игроков: не меньше 9 человек.

Игроки становятся парами одна позади другой, изображая высокие ворота. Водящий под музыку проходит под воротами, выбирая себе пару, затем становится впереди всех пар. Вновь оставшийся без пары становится водящим. Водящих может быть несколько.

4. «Игровой модный рок»

Количество игроков: не меньше 8 человек.

Игроки становятся парами в кругу лицом друг к другу. Ведущий заранее показывает движения, которые надо будет выполнять под музыку: приставные шаги вправо-влево на четыре счёта (с ударом на «4»), затем 4 шага назад (с ударом на «4» и хлопком в ладоши), потом 4 шага вперёд, но возвращаясь не в свою пару, а смещаясь влево – к новому партнёру (партнёрше). Затем движения выполняются в музыку.

5. Игра «Встаньте в круг по ...»

Количество игроков: не меньше 8 человек.

Звучит музыка, дети танцуют произвольно, стоя в общем кругу. По хлопку водящего или остановке музыки игроки должны перестроиться в круг из того количества участников, которое назовёт водящий, и снова танцевать, но уже в новом составе.

6. Игра «Запрещённое движение»

Количество игроков: любое.

Дети встают в круг танцевать. Учитель сообщает, что будет показывать произвольно под музыку движения, которые ребята должны будут повторять, но одно из них – запрещённое, и его повторять не нужно. Выйдет из круга тот, кто повторит запрещённое движение. Затем водить уже может кто-нибудь из детей, придумывая самостоятельно запрещённое движение.

7. Игра «Большая прогулка»

Количество игроков: не меньше 8 человек .

Игроки становятся парами по кругу. Ведущий заранее показывает движения, которые надо будет выполнять под музыку: дети, держа друг друга за руки, идут по кругу 6 шагов, на «7-8» поворачиваются друг к другу, затем на 4 счёта расходятся, хлопают 3 раза, топают 3 раза и сходятся, смещаясь влево – к партнёру - соседу. Затем движения выполняются в музыку.

8. Игра «Заглядывание»

Количество игроков: любое.

Все стоят в кругу, под музыку танцуют. А двое сидят на стульях в центре спина к спине, изображая танец на стуле. Музыка останавливается, танцоры должны повернуть голову влево или вправо. Если они повернутся в одну сторону, то уйдут танцевать в круг, а на их место придёт новая пара по выбору учителя. Если те, что на стульях, повернутся в разные стороны, то будут находиться там до тех пор, пока их поворот головой не совпадёт. Если и после третьего раза танцоры на стульях не посмотрят в одну сторону, то, по просьбе учителя, они должны будут освободить стулья для другой пары.

9. Игра «Танец на стуле»

Количество игроков: любое.

Дети сидят на стульях, которые стоят в ряд. Учитель тоже сидит на стуле напротив ребят и под музыку показывает произвольные движения. Дети стараются успеть повторить за учителем. Музыка останавливается, учитель приглашает на своё место кого-нибудь из желающих.

Новый водящий показывает свои движения, и все за ним повторяют, затем своё место освобождает другому водящему. Музыка может быть разной.

10. Игра «Кто первый?» (со скакалкой)

Количество игроков: любое.

Дети сидят на стульях, которые стоят в ряд. Двое водящих сидят на стульях перед ними спинами друг к другу на расстоянии и под музыку танцуют. А на полу под их стульями лежит скакалка так, чтоб, нагнувшись вниз, водящий смог дотянуться рукой и во время остановки музыки вытянуть скакалку в свою сторону. Музыка останавливается и, тот, кто первый вытягивает скакалку в свою сторону, остаётся на месте, выбрав себе нового соперника. Музыка может быть разной и звучать не долго.

11. Игра «Если весело живётся, делай так»

Количество игроков: любое.

Ведущий поёт и показывает, что нужно делать, а игроки повторяют. Движения могут быть любые.

Если весело живётся, делай так (*показывает первое движение*).

Если весело живётся, делай так (*показывает второе движение*).

Если весело живётся, пусть нам солнце улыбнётся.

Если весело живётся, делай так (*показывает третье движение*).

Затем водящий меняется. Водящим может быть кто-нибудь из детей.

12. Игра «Водим хороводы»

Количество игроков: от 6 человек.

Участники встают в круг, а ведущий задает им вопрос: «Наши уши хороши?». Ответ: «Хороши». Вопрос: «А у соседа?». Ответ: «Лучше!». Каждый участник берет за уши соседей справа-слева, и все танцуют по кругу, приговаривая: «Мы танцуем от души-от души! Наши уши хороши-хороши!» (2 раза). И далее ведущий называет другую часть тела, например: локотки, руки, ноги, колени, лопатки. Ведущим может быть любой, но после того, как все участники запомнят правила игры.

Второй вариант «Лавата»

Количество игроков: любое.

Ведущий: Давайте разучим слова нашей песни:

Дружно мы танцуем тра-та-та

Танец наш веселый Лавата (2 раза повторить).

Ведущий: «Наши руки хороши! А у соседа лучше!». (Все берутся за руки и поют.)

И т. д., каждый раз меняя положение рук. («Голова хороша, уши хороши, колени хороши» и т. д.)

13. Игра «Как мы умеем танцевать»

Количество игроков: от 5 человек (с верёвкой или скакалкой).

Участники игры выстраиваются в ряд. Включается музыка, желательно веселая. Участники начинают танцевать. В это время любые двое натягивают веревку и идут в сторону танцующих. Задача игроков — перешагивать каждый раз, не задевая веревки, которую с каждым разом поднимают всё выше и выше. Тот участник, который продержался дольше всех, является победителем.

14. Игра «Танец встреч и расставаний»

Количество игроков: любое.

Во время очередного динамичного танца, который дети, как правило, исполняют в общем кругу, ведущий предлагает выбрать солиста и солистку. Как только таковые окажутся в центре всеобщего внимания, ведущий пояснит, что эта пара будет танцевать в центре круга недолго. Как только музыка прервётся (а она обязательно прервётся секунд через 20–30, об этом позаботится диджей), партнёр, под бурные аплодисменты танцующих, попрощается с партнёршей и пригласит в круг вместо себя другого солиста. Музыка снова зазвучит, и все зааплодируют главной паре в обновленном составе. Но — снова пауза, и на этот раз партнёрша под аплодисменты собравшихся поблагодарит за танец партнёра, а вместо себя пригласит другую солистку. Так в солирующей паре меняются по очереди партнёр и партнёрша, и сохраняется интрига: кто же будет следующим?

15. Игра «Партнёры и партнёрши»

Количество игроков: 6 девочек и 5 мальчиков.

Мальчики становятся в круг, можно, чтобы не подглядывали, спинами друг к другу. Включается музыка, и девочки начинают танцевать (бегать) по кругу вокруг партнёров или от партнёра к партнёру. Как только музыка заканчивается, каждая девочка должна встать перед партнёром. Та, кому партнёра не хватило, выбывает и забирает с собой одного из партнёров.

Второй вариант: партнёрши стоят, а партнёры вокруг них танцуют.

Третий вариант: «Музыкальные стулья». Стульев должно быть на один меньше, чем участников. Правила игры те же.

16. Игра «Музыкальные предметы» (шляпы, шары, подарки, игрушки)

Количество игроков: любое.

Количество предметов должно быть на один меньше, чем игроков.

Вариант игры: передают под музыку шарики, а их на один меньше, чем участников. Музыка останавливается, и выходит тот, у кого нет шарика. Если шарик лопнул, то игрок тоже выходит из игры. Или вместо шаров игроки передают и надевают на себя шляпы. Причем можно самому снимать с другого игрока шляпу, а не ждать, пока ее передадут. Во время остановки музыки выходит тот игрок, у которого не будет в руках предмета.

Второй вариант: передавать один предмет. И во время остановки музыки выходит тот игрок, у которого в руках будет оставаться предмет. Кто последним останется без предмета, тот и станет победителем.

Третий вариант: если играть с подарком, то его заберет тот, у кого этот подарок останется по окончании музыкального отрывка. Так можно интересно раздать подарки.

17. Игра «Арам-зам-зам»

Количество игроков: любое.

Игроки становятся в круг и под руководством учителя разучивают движения: на фразу «арам-зам-зам, арам-зам-зам» делаем 3 хлопка по коленкам с повтором; на фразу «гули-гули-гули-гули-гули» делаем «ролли-полли» – вращение согнутыми перед собой руками по кругу от себя (пальцы собраны в кулачки); на фразу «рам-зам-зам» – повторяем первое движение; первое и второе действия ещё раз со словами повторить; затем на фразу «арафик- арафик» делаем наклон корпуса вперёд со скрещенными на груди руками (два раза); потом повторяем действия на фразу «гули-гули-гули-гули-гули-рам-зам-зам». Выучив слова и движения, танцуем под музыку: на месте, двигаясь по кругу, в паре напротив друг друга.

18. Игра «Праздничный поезд»

Количество игроков: любое.

Дети становятся друг за другом, держась за руки (за бёдра соседа).

Учитель впереди всех – водящий. Звучит музыка, все начинают двигаться за водящим, повторяя за ним движения, которые он делает произвольно, добавляя фразы: «Лево руля! (повернуть налево.) Право руля! (повернуть направо) Горы! (подняться на носочки.) Тоннель! (присесть или наклониться.) Передний ход! (Двигаться вперёд.) Задний ход! (двигаться назад.) Остановка!» (меняется водящий.)

Второй вариант «Танцевальная змейка»: водящий на ходу придумывает движения без фраз, а остальные за ним повторяют. Когда музыка прервётся (через 20 сек.), водящий уходит в конец змейки, а новым водящим становится его сосед прежнего.

19. Игра «Танцевальная фигура замри»

Количество игроков: любое.

Ведущий стоит спиной к игрокам и произносит слова:

Весело хлопаем – раз.

Здорово прыгаем – два.

Кружимся, кружимся – три.

Танцевальная фигура замри.

Игроки в это время хлопают в ладоши, прыгают, кружатся, а затем замирают на месте в танцевальной позе. Ведущий поворачивается и выбирает на своё место того, чья танцевальная фигура ему понравилась.

Второй вариант: вместо слов ведущего звучит музыка – дети танцуют. Музыка прерывается, ведущий выбирает нового ведущего.

Сюжетные и характерные танцы

«Танец подснежников»

Девочки сидят по кругу на коленях, в каждой руке подснежник. Голова и руки с подснежниками склоняются как можно ниже к коленям.

Вступление: Сидят, слушают музыку.

1 куплет:

1 фраза: Медленно плавно поднимают правую руку вверх и опускают вниз. Глаза смотрят на руку.

2 фраза: Повторить движения левой рукой.

3 фраза: Повторить движения двумя руками.

4 фраза: Медленно поднимаются на ноги, кружатся 2 раза. На слово «Живой» прижимают цветы к себе, скрестив их на груди, голова наклонена из круга к правому плечу.

Припев:

1-2 фразы: Поднявшись на носочки, идут по кругу.

3 фраза: Кружатся за правым плечом, руки с цветами смотрят влево вниз.

4 фраза: Тоже самое в левую сторону.

2 куплет:

1 фраза: Идут в середину круга, собирают все цветы наверху.

2 фраза: Отходят назад.

3 фраза: Повторить движения 1 фразы.

4 фраза: Отходят назад, кружатся 2 раза, подняв цветы вверх. На слово «Они» прижимают цветы к себе, скрестив их на груди, голова наклонена из круга к правому плечу.

Припев:

1-2 фразы: Поднявшись на носочки, идут по кругу.

3 фраза: Кружатся за правым плечом, руки с цветами смотрят влево вниз.

4 фраза: Тоже самое в левую сторону.

Проигрыш: Собирают цветы в корзину, уходят на стульчики.

«Двенадцать месяцев»

(песня «12 месяцев в исполнении Алёны Апиной)

Вступление: Мальчики-месяцы выходят и встают в рассыпную перед ёлкой.

1 куплет:

1 фраза: Руки на поясе, приставной шаг влево, одновременно наклон туловища влево.

2 фраза: Пружинка, одновременно хлопают в ладоши.

3 фраза: Присев, переносят, вытянуты руки слева направо, затем обратно.

4 фраза: в такт музыке сходятся на середину зала в колонну.

Припев:

1 фраза: 1, 3, 5, 7, 9, 11 ребёнок делают выпад влево. Одновременно с ним 2, 4, 6, 8, 10, 12 – вправо.

2 фраза: В противоположную сторону.

3-4 фраза: Вытянув руки в стороны и раздвинув пальцы, поднимают и опускают прямые руки.

5 фраза: Повторить движения 1 фразы.

6 фраза: Повторить движения 2 фразы.

7-8 фраза: Вытянув руки в стороны и раздвинув пальцы, поднимают и опускают прямые руки.

2 куплет: Размахивают руками, выполняют пружинку.

Расходятся в разные стороны: 1 – направо, 2 – налево и т. д. Обходят по кругу и встречаясь в центре зала идут вперёд парами.

На слова «Ведь на то и Новый год» делают выпад в разные стороны, держась одной рукой, и возвращаются в 1 колонну.

Припев: Движения повторяются.

Проигрыш: Пары расходятся на свободные места (боком к зрителям, лицом друг к другу) и выполняют ритмичные наклоны вперёд на 1-2, 1-2-3, одновременно помогая себе согнутыми в локтях руками.

3 куплет: Пары развернулись лицом к зрителям. Присев, переносят, вытянуты руки слева направо, затем обратно. В такт музыке сходятся на середину зала в колонну.

Припев: Движения повторяются.

Месяцы возвращаются на свои места к ёлке.

«Танец искорок»

(музыка из сказки «Двенадцать месяцев»)

В зале выключен свет, девочки, образуя круг, садятся на коленки и включают светодиодные свечи.

Вступление: Сидят на коленках.

1 часть: Медленно поднимаются, идут по кругу на носочках друг за другом, свечи несут перед собой.

2 часть: Останавливаются лицом в круг. Поднимают попеременно вверх правую и левую руки.

3 часть: Присев на колени поднимают вверх попеременно правую и левую руки.

4 часть: Поставив свечки перед собой на пол, расставив руки в стороны, стремительно машут руками.

5 часть: Берут свечи в руки и быстро бегут по кругу «огонь разгорается».

6 часть: Собираются в середине круга, одновременно все поднимают и опускают руки со свечками, присаживаются на колени и «огонь затухает»

Девочки выключают свечки и проходят на свои места.

Танец с игрушками

Вступление. Дети идут, берут мягкие игрушки и встают по залу в шахматном порядке на обозначенные места. Игрушка перед собой - крутим её вправо, влево. Ножки вместе - пружинка.

1 куплет.

1фраза. Ставим ножку на каблук с поворотом вправо и игрушку вправо.

2фраза. Прыжки на двух ногах - игрушка перед собой.за.

3фраза. Ставим ножку на каблук с поворотом влево и игрушку влево.

4фраза. Прыжки на двух ногах - игрушка перед собой.

5,6 фраза. Кружение на носочках - игрушка вверху

Проигрыш. Ставим игрушку на пол перед собой. Стоим слегка поворачиваясь вправо-влево, ручки на поясе.

Припев.

1часть. Бегаем вокруг игрушки.

2часть. Ставим игрушку на пол перед собой. 3 хлопка с наклоном вправо, 3 хлопка с наклоном влево.

3 хлопка с наклоном вправо. 3 хлопка с наклоном влево.

2куплет.

1часть. Присели на одно колено - грозим игрушке пальчиком.

2часть. Прижав игрушку, гладим, покачивая.

Припев. Тот же.

Поклон. Уносим игрушки на место.

Танцуем под минус Варламова «Петухи запели»

«Модницы»

В танце участвуют 4 девочки, одетые в современные, модные наряды. Трое из девочек поверх этой одежды надевают деревенские сарафаны, платки и садятся на скамейку.

Вступление. Девочки, сидящие на скамейке, «грызут семечки». Входит

«модница» - нарядная девочка в маминых туфлях на каблуках. Она, пританцовывая, идёт мимо подружек, которые, увидев её, начинают шептаться, показывая своё удивление.

1-й куплет.

1-я строка. Держа правую руку перед собой, будто зеркальце, девочка 2 раза проводит левой рукой по волосам.

2-я строка. Соединив руки перед собой ладонями вниз, делает 4 шага вперёд с правой ноги.

3-я строка. Вновь «причёсывается перед зеркальцем»

4-я строка. «Воображая», идёт по кругу и останавливается в центре зала.

В это время незаметно убегает одна из сидящих девочек, снимает сарафан и надевает взрослые туфли на каблуках.

Припев.

1-я строка. Первая «модница» делает 2 пружинки вправо-влево.

2-я строка. Кружится с припаданием.

3-я строка. Пружинка.

4-я строка. Кружится.

5-6-я строки. Шаг вправо - притоп, шаг влево – притоп (8 раз).

7-я строка. Пружинка.

8-я строка. Пожимает плечами, затем, прислонив ладони к груди, разводит их в стороны.

Проигрыш. Первая «модница» встаёт в сторонку. Пританцовывая, выходит вторая девочка, удивляя своим нарядом остальных.

2-й куплет. Повторяются движения 1-го куплета в исполнении второй девочки. В конце второго куплета она идёт по кругу к ней присоединяется первая «модница», а две оставшиеся девочки убегают переодеваться.

Припев. Повторяются движения припева, исполняют их уже две модницы.

Проигрыш. Выходят ещё две «модницы» и движения припева выполняют вчетвером, затем, пританцовывая, уходят.

Танец «Морячка»

Муз. Песня Газманова «Морячка»

Танцуют 3 пары детей. (Девочка и мальчик).

Вступление. Дети стоят парами у входа в зал, выполняют пружинку.

1 куплет 1 часть. Идёт 1-ая пара до центральной стены, посылают воздушный поцелуй зрителям, расходятся к боковым стенам.

Те же движения делают 2-я и 3-я пары.

2 часть. Выполняют 4 шага вправо, покачиваются с левой ноги на правую, руки в сторону. 4 шага влево, покачиваются.

Припев. 1 часть. Сбегаются друг к другу, кружатся плечом к плечу, руки сцеплены внизу замочком.

2 часть. Кружатся в другую сторону, руки «Бараночкой». Убегают на свои места.

2 куплет 1 часть. Сбегаются к середине. Мальчики «тянут канат», девочки выполняют «пружинку».

2 часть. Девочки оббегают мальчиков, встают за спиной, выполняют пружинку. Мальчики поворачиваются к девочкам, «тянут канат».

3 куплет 1 часть. Мальчики выстраиваются в одну линию лицом к зрителям, девочки за спиной у мальчиков.

2 часть. Заносят правую руку за голову, левую ногу ставят на пяточку, и наоборот, движения чередуются. Девочки выглядывают из за плеча мальчиков.

Припев. Движения те же.

Проигрыш. 1. Выходит девочка выполняет «верёвочку» назад

2. выходит мальчик выполняет «ковырялочку».

Припев. Движения те же.

Уходят из зала, машут рукой «до свидания».

«Вальс цветов»

муз. Чайковского «вальс цветов»

Дети сидят в четырёх кружках по углам зала у каждого кружка цветы определённого цвета (красные, жёлтые, синие, белые).

1. встаёт первый кружок, плавно поднимают руки вверх, сразу приседают, плавно опускают руки вниз.

то же движение выполняют 2, 3, 4. кружки.

2. встаёт первый кружок, поднимают плавно цветы вверх, покачиваются, в это время поочередно поднимаются 2, 3, 4. кружки.

3. бегут по кругу в своих кружках, цветы отведены в сторону.

4. «маленькие букетики» сбегаются в центр своего кружка, цвету поднимают вверх, отбегают назад, цветы отпускают вниз.

5. перестраиваются в большой круг.

6. бег в большом кругу по кругу, цветы в сторону.

7. «большой букет» сбегаются в центр круга руки поднимают вверх, разбегаются кружась по спирали, руки отпускают вниз.

8. перестраиваются в свои кружочки.

9. бегут по кругу в своих кружочках.

10. покачивают цветами вверху.

11. «маленькие букетики».

12. кружась по спирали, перестраиваются в большой круг.

13. сбегаются в большой букет.

14. присаживаются, руки остаются вверху.

Список рекомендуемой литературы

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.

2. Гоголева М. Ю. сб. «Логоритмика в детском саду» Издательство: Академия развития. 2006.

3. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Издательство: Гном-Пресс 2007

4. Плаксина Л.И. Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду. М., «Город», 19