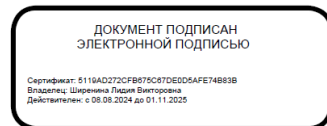


муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Шацкий Дом детского творчества»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «03» сентября 2025г.  
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ ДО «ШДДТ»  
\_\_\_\_\_Л.В. Ширенина  
Приказ №52  
«03» сентября 2025г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
**«Ритмика и танец»**

Возраст обучающихся – 5-7 лет

Срок реализации программы – 36 недель

Количество часов в год – 144

Автор-составитель программы:

Шукшина Ивелина Александровна, педагог  
дополнительного образования  
МОУ ДО «ШДДТ»

г. Шацк, 2025г.

# **1. Комплекс основных характеристик программы**

## **Пояснительная записка**

**Роль и место программы в образовательной программе учреждения.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» включена в образовательную программу учреждения, ориентирована на развитие творческих способностей у дошкольников, развитие начальных навыков в искусстве танца, имеет **художественную направленность**.

**Адресат программы.** Программа разработана для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет, не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья (требуется справка от врача).

**Условия набора.** Для обучения по программе принимаются все желающие дети данного возраста. Запись осуществляется без специальных отборочных мероприятий.

**Отличительная особенность.** Программа состоит из двух модулей: 1 модуль «Ритмика», 2 модуль «Основные виды хореографии». Обучение по модулям происходит параллельно. Таким образом, воспитанники одновременно приобретают двигательные навыки и умения, развивают координацию, формируют правильную осанку и физические данные, а также знакомятся с основами народного, классического и балетного танцев.

**Уровень сложности** – стартовый.

**Срок реализации программы** – 36 недель.

**Объем программы**–144 часа (72 часа – 1 модуль; 72 часа – 2 модуль).

**Режим занятий.** Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия – 2 учебных часа с перерывом 10 минут. Количество учебных часов в неделю – 4.

**Форма обучения** – очная.

**Форма организации занятий** – фронтальная.

**Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы** – опрос, открытое занятие за первое полугодие; контрольное практическое занятие, выступления на мероприятиях – в конце учебного года.

**Цель программы:** обучение детей дошкольного возраста навыкам исполнения музыкально-ритмических и танцевальных движений.

**Основные задачи:**

*Обучающие:*

- обучить основным понятиям хореографии, предусмотренных в программе;
- познакомить с основными видами хореографии и их особенностями;
- научить ритмично двигаться в соответствии с музыкой;
- обучить музыкально-ритмическим и танцевальным движениям;
- обучить элементам народного, классического, бального танца.

*Развивающие:*

- развивать координацию, музыкальность, гибкость, выворотность, выразительность и точность движений;
- способствовать развитию творческой активности, образного мышления и воображения;
- развивать способность к самостоятельной и коллективной работе.

*Воспитывающие*

- формировать интерес и уважительное отношение к танцевальному искусству;
- воспитывать творческую активность, дисциплинированность;
- воспитать навыки коллективного взаимодействия, поддержки;
- воспитать волевые качества;
- воспитывать культуру поведения и общения.

**Планируемые результаты.**

**Личностные результаты:**

- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении цели;

- проявление интереса к хореографическому искусству;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками и педагогом;
- проявление творческой активности.

### **Метапредметные результаты:**

- умение передавать простые танцевальные образы в движении и в танце;
- умение исполнять музыкально-ритмические и танцевальные движения.
- умение двигаться по образцу;

### **Предметные результаты:**

знать:

- определения основных понятий по программе;
- названия основных танцевальных движений;
- историю возникновения русского народного, классического, бального танца;
- основные виды хореографии и их особенности.

уметь:

- определять характер музыки;
- ориентироваться в танцевальном зале, организованно строиться и перестраиваться в круг, шеренгу, клин, колонну, диагональ и пр.;
- исполнять простые музыкально-ритмические движения;
- исполнять разученные движения народного, классического и бального танцев;
- передавать простые образы в движениях.

## **Модуль 1. «Ритмика»**

**Цель:** формирование знаний и практических навыков в области ритмики.

### **Задачи:**

#### *Обучающие.*

- познакомить с историей возникновения танца.
- научить слышать музыку и передавать простые ритмические рисунки хлопками или притопами;
- научить ориентироваться в танцевальном зале, строиться и перестраиваться в круг, шеренгу, клин, колонну, диагональ и пр.;
- научить согласовывать движения с музыкой;
- обучить танцевальным шагам;
- определять характер музыки.
- обучить простым музыкально-ритмическим движениям.
- формировать умения передавать простые образы в движении;

#### *Развивающие:*

- развивать координацию движений, навыков владения своим телом;
- развивать чувство ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости и танцевальной выразительности;
- развивать танцевальный шаг.

#### *Воспитывающие:*

- воспитывать умение слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- воспитывать стремление к четкому, правильному исполнению движений;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия;
- воспитывать умение работать в коллективе.

### **Результаты:**

#### **Личностные:**

- проявление творческого самовыражения;

- проявление позитивной эмоциональной отзывчивости;
- проявление внимательности, старания, дисциплинированности;
- умение взаимодействовать в коллективе.

### **Метапредметные:**

- умение двигаться по образцу;
- умение передавать простые танцевальные образы;
- умение исполнять музыкально-ритмические и танцевальные движения.

### **Предметные:**

#### **Знать**

- историю возникновения танца;
- основные понятия и названия движений;

#### **Уметь**

- ориентироваться в танцевальном зале;
- строиться и перестраиваться в круг, шеренгу, клин, колонну, диагональ и пр.;
- передавать хлопками или притопами простые ритмические рисунки;
- исполнять танцевальные шаги;
- согласовывать движения с музыкой и определять ее характер;
- исполнять музыкально-ритмические движения;
- передавать простые образы в движении.

## УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

### Модуль1. «Ритмика»

| №  | Разделы программы                  | Количество часов |               |              | Форма контроля                                        |
|----|------------------------------------|------------------|---------------|--------------|-------------------------------------------------------|
|    |                                    | Всего            | Теоретических | Практических |                                                       |
| 1. | Вводное занятие.                   | 2                | 1             | 1            | Первичная диагностика                                 |
| 2  | Элементы музыкальной грамоты.      | 8                | 2             | 6            | Устный опрос, игра                                    |
| 3. | Ориентация в пространстве.         | 13               | 2             | 11           | Устный опрос, игра                                    |
| 4. | Музыкально-ритмические движения.   | 30               | 1             | 29           | Устный опрос, игра                                    |
| 5. | Танцевальные этюды.                | 15               | -             | 15           | Сюжетно-ролевая игра                                  |
| 6. | Промежуточная/итоговая аттестация. | 4                | -             | 4            | Открытое занятие/<br>контрольное практическое занятие |
|    | Итого:                             | 72               | 6             | 66           |                                                       |

# Содержание учебного(тематического) плана модуля 1

## «Ритмика»

### 1. Вводное занятие.

**Теория:** Знакомство с понятиями: хореография, танец, движение. История возникновения танца. Техника безопасности на занятиях.

**Практическая работа:** Игра на знакомство. Разучивание танцевальной разминки. Игра на сплочение коллектива. Первичная диагностика.

### 2. Элементы музыкальной грамоты.

**Теория:** Знакомство с понятиями: музыка, контрастность музыки, ритм, темп. Взаимосвязь мелодии и движений в танце. Выразительные средства танцевального искусства.

**Практическая работа:** Разучивание поклона. Прослушивание отрывков музыкальных произведений. Выполнение ритмических хлопков, притопов на сильную и слабую долю с разным ритмическим рисунком. Устный опрос. Игры на развитие чувства ритма. (см. приложение)

### 3. Ориентация в пространстве.

**Теория:** Основные точки зала. Понятие «Рисунок танца».

**Практическая работа:** Маршировка по кругу, квадрату, на месте, вокруг себя. Тренировка в построении и перестроении в шеренгу, колонну, диагональ, круг, клин. Устный опрос. Игра на ориентировку в зале. Игры на развитие координации движений. (см. приложение)

### 4. Музыкально-ритмические движения.

**Теория:** Правила исполнения ритмических упражнений. Техника безопасности при использовании реквизита на занятии.

**Практическая работа:** Музыкально-ритмические упражнения: для формирования правильной осанки; плеч; рук и кистей; корпуса; ног и ступней. Танцевальные шаги, бег, подскоки, прыжки (см. приложение). Устный опрос. Игры на развитие координации движений. Игра на развитие чувства ритма.

### 5. Танцевальные этюды.

**Практическая работа:** Разучивание этюдов на основе простых ритмических упражнений и танцевальных элементов (см. приложение). Выполнение

творческих заданий на проявление творческой активности: показ образно-двигательных действий на темы: «Волшебный лес», «Подводное царство. Сочинение сюжета для танцевального этюда: «Цветочная поляна». Сюжетно-ролевая игра.

## **6. Промежуточная/итоговая аттестация**

**Практическая работа:** Открытое занятие; контрольное практическое занятие.

### **Модуль 2. «Основные виды хореографии»**

**Цель:** познакомить детей с основными видами хореографии и обучить навыкам исполнения народного, классического, бального танца.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- познакомить с историей русского народного танца и его жанрами;
- познакомить с историей возникновения классического танца и его особенностями;
- познакомить с историей возникновения и развития бального танца;
- обучить движениям народного, классического и бального танцев.

##### *Развивающие:*

- способствовать развитию специальных способностей: выворотность, гибкость;
- развивать исполнительские навыки;
- формировать познавательный интерес к хореографии.

##### *Воспитывающие*

- воспитывать стремление к выразительному исполнению движений;
- воспитывать уважительного отношения к хореографическому искусству;
- воспитывать навыки культурного общения в коллективе.

## **Результаты:**

### **Личностные:**

- проявление интереса к изучению различных видов хореографии;
- проявление уважения к танцевальному творчеству своего народа;
- проявление внимательности, старания, дисциплинированности;
- умение взаимодействовать в коллективе.

### **Метапредметные:**

- умение двигаться по образцу;
- умение передавать простые танцевальные образы;
- владение навыками исполнения движений народного, классического, бального танца.

### **Предметные:**

#### **Знать**

- историю возникновения русского народного танца и его жанры
- историю возникновения классического и бального танца;
- основные понятия и названия движений народного, классического и бального танца;
- позиции рук и ног классического танца;
- основные положения рук в народном танце;

#### **Уметь**

- исполнять движения народного, классического и бального танца;
- исполнять поклон в народном и классическом стиле;
- передавать простые образы в движении.

## УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

### Модуль 2. «Основные виды хореографии»

| №  | Разделы/темы программы            | Количество часов |               |              | Форма контроля                                        |
|----|-----------------------------------|------------------|---------------|--------------|-------------------------------------------------------|
|    |                                   | Всего            | Теоретических | Практических |                                                       |
| 1. | Народный танец                    | 30               | 6             | 24           | Устный опрос, игра                                    |
| 2  | Классический танец                | 18               | 3             | 15           | Устный опрос, сюжетно-ролевая игра                    |
| 3. | Бальный танец                     | 20               | 3             | 17           | Устный опрос, игра                                    |
| 4. | Промежуточная/итоговая аттестация | 4                | 0             | 4            | Открытое занятие/<br>контрольное практическое занятие |
|    | Итого:                            | 72               | 12            | 60           |                                                       |

## Содержание учебного плана модуля 2.

### «Основные виды хореографии»

#### 1. Народный танец.

**Теория:** История русского народного танца. Русский национальный костюм. Основные жанры русского народного танца. Хоровод и его виды. Рисунки хоровода.

**Практическая работа:** Разучивание поклона в народном стиле. Постановка рук: на талии, «полочка», за подол; 1,2,3 свободные позиции ног. Изучение положений рук в групповых танцах («круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка», «цепочка»). Исполнение «рисунков» хоровода. Разучивание шагов. Разучивание притопов. Разучивание элементов русского народного танца: ковырялочка, гармошка, ёлочка, моталочка. Просмотр видео русских народных танцев: хоровод, пляска. Разучивание хоровода с венками; с платками. Разучивание русских народных танцев. Игра на построение фигур хоровода. Игры на укрепление взаимоотношений в коллективе. Игры на ориентацию в зале. Устный опрос.

#### 2. Классический танец.

**Теория:** История возникновения классического танца. Особенности исполнения классического танца. Знакомство с понятиями: «классический танец», «станок», «деми-плие», «батман тандю», «батман тандю жете», «релеве».

**Практическая работа:** Изучение позиций рук, ног(невыворотно) в классическом танце. Разучивание поклона в стиле классического танца. Выполнение элементов классического танца: «деми-плие», «батман тандю», «батман тандю жете», «релеве» с опорой и на середине зала. Выполнение упражнений на развитие выворотности в тазобедренных суставах: боковой выпад, бабочка сидя, растяжка сидя с отведенной ногой, лягушка. Устный опрос.

Танцевально-образные действия на тему «Чайка», «Подснежник», «Лебеди», «Заводная кукла», «Танец кузнечиков». Просмотр видео хореографических постановок с элементами классического танца. Сюжетно-ролевая игра.

#### 2. Бальный танец.

**Теория:** История возникновения и развития бальных танцев. Спортивный бальный танец и его особенности. Одежда для бала в прошлом и настоящем.

**Практическая работа:** Изучение основного хода вальса. Изучение «большого квадрата» и «малого квадрата». Разучивание движения «балансе» и переходов в вальсе. Исполнение движений в паре. Просмотр видео бальных танцев. Разучивание танца «Вальс». Игры на развитие координации движений. Устный опрос.

#### **4. Промежуточная /итоговая аттестация.**

**Практическая работа:** Открытое занятие; контрольное практическое занятие.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**Материально-техническое обеспечение:** хорошо освещенный и проветриваемый зал для занятий; ковровое покрытие; стулья; музыкальный центр; ноутбук; CD-диски; флеш-накопитель; гимнастические палки; обручи; ленты; платки; сценические костюмы.

### **Календарный учебный график**

| Этапы образовательного процесса | 1 группа.          | 2 группа           |
|---------------------------------|--------------------|--------------------|
| Начало учебных занятий          | 18 сентября 2025г. | 18 сентября 2025г. |
| Продолжительность учебного года | 36 недель          | 36 недель          |
| Количество учебных дней         | 72                 | 72                 |
| Продолжительность занятия       | 2 часа             | 2 часа             |
| Промежуточная аттестация        | 26 декабря         | 26 декабря         |
| Итоговая аттестация             | 22 мая 2026г.      | 22 мая 2026г.      |
| Окончание занятий               | 22 мая 2026г.      | 22 мая 2026г.      |

## **Формы аттестации(контроля):**

- входной контроль(сентябрь) – первичная диагностика;
- текущий контроль(в течение учебного года) – устный опрос, игра;
- промежуточный контроль(декабрь) – открытое занятие, практический показ;
- итоговый контроль(май) – контрольное практическое занятие, оценка выступлений на мероприятиях.

## **Оценочные материалы.**

### **Первичная диагностика**

#### **Критерии оценивания:**

- 1. Координация.** Ребенку предлагается выполнить простое упражнение на координацию – 16 прыжков: на 1-правая нога вперед, левая назад, руки одновременно выставить в стороны; на 2-правая назад, левая вперед, руки одновременно опустить вниз.  
*Низкий уровень* – ребенок не может скоординировать руки и ноги во время всего упражнения;  
*Средний уровень* – ребенок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках;  
*Высокий уровень* – ребенок хорошо координирует ноги и руки во время всего упражнения.
- 2. Музыкальность.** Ребенок должен пройти под музыку марша не сбиваясь, точно в такт музыки.  
*Низкий уровень* – ребенок не может пройти в такт музыки;  
*Средний уровень* –ребенок иногда сбивается во время упражнения;  
*Высокий уровень* – ребенок не сбивается во время упражнения, шагает в такт музыки.
- 3. Гибкость.** Ребенок должен согнуться вперед как можно ниже, не сгибая колен.  
*Низкий уровень* – ребенок не может коснуться пальцами пола;  
*Средний уровень* –ребенок может коснуться пальцами пола;  
*Высокий уровень* – ребенок может коснуться ладонями до пола.

## Диагностическая карта

| Ф.И | Координация | Музыкальность | Гибкость |
|-----|-------------|---------------|----------|
|     |             |               |          |

### Мониторинг обучения по программе «Ритмика и танец»

| Критерии оценивания                     | Степень выраженности оцениваемого качества                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Баллы |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>Теоретические знания</b>             | <p><i>Низкий уровень</i> – путает названия движений, ошибается в определении терминологии;</p> <p><i>Средний уровень</i> – обучающийся правильно называет движения, иногда ошибается в определении терминов,</p> <p><i>Высокий уровень</i> – обучающийся знает основную терминологию, называет танцевальные движения, может рассказать о возникновении танца.</p>                                                                                                          |       |
| <b>Практические умения и навыки</b>     | <p><i>Низкий уровень</i> – обучающийся выполняет упражнения и танцевальные движения с ошибками, не музыкально;</p> <p><i>Средний уровень</i> – обучающийся музыкально и ритмично выполняет все упражнения и танцевальные движения с некоторыми недочетами.</p> <p><i>Высокий уровень</i> – у обучающегося хорошо развиты координация движений, чувство ритма. Ребенок хорошо ориентируется в зале, пластично и легко выполняет все упражнения и танцевальные движения.</p> |       |
| <b>Умение выступать перед зрителями</b> | <p><i>Низкий уровень</i> – обучающийся боится и стесняется, ищет причины не выступать (болит нога, живот, голова и пр.)</p> <p><i>Средний уровень</i> – при выступлении обучающийся скован;</p> <p><i>Высокий уровень</i> – обучающийся уверенно ведет себя перед зрителем, выступления ему доставляют удовольствие.</p>                                                                                                                                                   |       |
| <b>Мотивация</b>                        | <p><i>Низкий уровень</i> – отсутствует интерес к восприятию программного материала;</p> <p><i>Средний уровень</i> – иногда проявляет интерес к восприятию программного материала;</p> <p><i>Высокий уровень</i> – проявляет заинтересованность к восприятию программного материала, с удовольствием</p>                                                                                                                                                                    |       |

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                         | посещает занятия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
| <b>Проявления творческой активности</b> | <p><i>Низкий уровень</i> – обучающийся никак не проявляет творческую активность, держится в стороне.</p> <p><i>Средний уровень</i> – обучающийся не очень активно работает при сочинении образных действий.</p> <p><i>Высокий уровень</i> – обучающийся активно предлагает варианты образных действий и сюжет для этюда, самостоятельно может составить простую танцевальную комбинацию.</p> |  |

**Диагностическая карта результата образовательной  
деятельности по программе «Ритмика и танец»**

| Ф.И | Теоретические<br>знания | Практические<br>умения и<br>навыки | Умение<br>выступать<br>перед<br>зрителями | Мотивация | Проявления<br>творческой<br>активности | Баллы |
|-----|-------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------|-----------|----------------------------------------|-------|
|     |                         |                                    |                                           |           |                                        |       |
|     |                         |                                    |                                           |           |                                        |       |
|     |                         |                                    |                                           |           |                                        |       |

**Методическое обеспечение.**

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и танец» включает в себя:

- методические рекомендации;
- перечень упражнений для формирования и укрепления осанки;
- примерный перечень упражнений для плеч, рук, ног, туловища;
- перечень и методика исполнения танцевальных шагов, бега;
- примерные комплексы ритмических упражнений;
- примеры танцевальных этюдов;

- картотека дидактических игр;

- дидактический материал (изображения схем, рисунков танца и пр.)

Основная форма образовательной работы с обучающимися: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевально-исполнительских способностей обучающихся.

При реализации программы используются *игровые технологии*. В их основу положена педагогическая игра как вид деятельности, направленный на обучение, тренировку, раскрепощение и укрепление взаимоотношений в коллективе.

Также в работе применяются *информационные технологии*. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии. Применение компьютера позволяет накапливать и хранить музыкальные файлы, производить монтаж и компоновку музыкальных произведений, хранить фото и видеоматериалы, а также использовать методические материалы.

*Здоровьесберегающие технологии*. На занятиях ведется пристальное наблюдение за состоянием воспитанников, чтобы не допустить травм и перегрузки организма. Принимаются меры по соблюдению санитарно-гигиенических норм на занятиях. Периодически для воспитанников проводятся инструктажи по технике безопасности во время занятий, на улице во время сезонных периодов.

В образовательном процессе используются следующие *методы* обучения и воспитания:

- словесный (рассказ; объяснение движений, упражнений, игр, правил;инструктаж);
- наглядный (показ схем, демонстрация педагогом правильного исполнения; наблюдение);
- практический (выполнение упражнений; музыкально-ритмических движений;выполнение практического творческого задания; выступление);
- игровой метод ( дидактические игры);
- мотивация (создание желания заниматься определённым видом деятельности);
- стимулирование (создание ситуации успеха).

## **Воспитательная деятельность**

Цель: развитие личности ребенка, формирование у обучающихся чувств патриотизма, создание благоприятной атмосферы в детском коллективе.

В течении года воспитанники активно принимают участие в различных мероприятиях в соответствии с федеральным календарным планом воспитательной работы.

### **Календарный план воспитательной деятельности**

| №<br>п/п | Мероприятия                                                                                            | Сроки проведения |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1.       | Участие в утреннике «День Матери»                                                                      | ноябрь           |
| 2.       | Участие в утреннике «Новогодний утренник»                                                              | декабрь          |
| 3.       | Участие в развлекательной программе, посвященной Новому году для обучающихся объединений МОУ ДО «ШДДТ» | декабрь          |
| 4.       | Участие в спортивной программе, посвященной Дню защитника Отечества.                                   | Февраль          |
| 5.       | Участие в утреннике «8 Марта»                                                                          | март             |
| 6.       | Игра-путешествие «Вперед к космическим далям»                                                          | апрель           |
| 7.       | Участие в утреннике «День Победы»                                                                      | май              |

## Список литературы

### Для педагога:

1. Барышникова Т. Алфавит хореографии. М.: 2002.
2. Бекина С.И. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет). М.: изд. «Просвещение», 2003.
3. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Сценарии занятий по комплексному развитию дошкольников (младшая группа). – М.: Вако, 2005.
4. Зарецкая Н.В. Танцы в детском саду. М.: Айрис-пресс, 2006.
5. Зарецкая Н.В. Роут 3. Праздники в детском саду. Сценарии, песни и танцы. М.: Айрис-пресс, 2008.
6. Фирилева Ж.Е. «Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство – пресс», 2000.

### Электронные книги

7. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. М.: Театралис, 2004. <https://drive.google.com/file/d/0B3ZFZli4KPIUakxyWEo2VG1JUXc/view?resourcekey=0-jHQnEb7x4IL9kEZMgguOuw>
8. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски: Для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Современный композитор, 1991.  
[http://library.lgaki.info:404/2019/Луговская\\_Ритмические\\_упражнения.pdf](http://library.lgaki.info:404/2019/Луговская_Ритмические_упражнения.pdf)
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль, «Академия развития», 2001 .  
<https://djvu.online/file/7WQ3Bi9Jb4CI0>
10. Федорова Г.П. Танцы для детей. - С-П., «Детство-пресс», 2000. <https://www.rulit.me/books/tancy-dlya-detej-read-613666-1.html>

### **Для воспитанников и родителей:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.:2002.
2. Великович Э.Здесь танцуют. СПб.:2002.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997

### **Программы:**

1. «Хореография»».- В кн.: Фольклор. Музыка. Театр.- театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования / Под ред. С И. Мерзляковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003
1. Программа воспитания и обучения в детском саду./ Под ред. М.А. Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С. Комаровой.- 2-е изд. испр. и доп.- М.: Мозаика-Синтез, 2005.
2. Матяш А.А. Образовательная программа «Путешествие в страну
3. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений».- В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003
4. Программа «Хореографический кружок».- В сб.: Программы для внешкольных и общеобразовательных учреждений Просвещение, 1981
5. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета».- В сб.: Образовательные программы дополнительного образования образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2011.

## Интернет-ресурсы:

1. Материал из Википедии — свободной энциклопедии-  
<http://ru.wikipedia.org>
2. Методические и дидактические разработки по  
хореографии. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>.
3. Каталог спортивных организаций <http://sportschools.ru>
4. Maam.ru – международный образовательный портал  
<https://www.maam.ru/>
5. Образовательная Социальная сеть работников образования  
<https://nsportal.ru>
6. Самоплюс  
[https://www.youtube.com/channel/UCI\\_d\\_3IQHAjjLrCqlwu9t8Q](https://www.youtube.com/channel/UCI_d_3IQHAjjLrCqlwu9t8Q)
7. SHOP horeograf.com обучающие материалы для  
хореографов <http://shop.horeograf.com>
8. Балетная танцевальная музыка <http://www.balletmusic.ru>
9. Сайт преподавателя хореографии Шевченко Рауи  
Рашитовны <https://rauya.jimdofree.com>
10. Картотека музыкально-ритмических упражнений и игр  
[https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-  
zanyatie/2022/11/03/kartoteka-muzykalno-ritmicheskikh-uprazhneniy](https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2022/11/03/kartoteka-muzykalno-ritmicheskikh-uprazhneniy)
11. Дидактические игры [https://nsportal.ru/detskiy-  
sad/fizkultura/2018/07/04/spisok-igr-na-razvitie-koordinatsii](https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2018/07/04/spisok-igr-na-razvitie-koordinatsii)
12. Игры на развитие чувства ритма [https://nsportal.ru/detskiy-  
sad/raznoe/2013/08/25/kartoteka-muzykalno-ritmicheskikh-igr](https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/08/25/kartoteka-muzykalno-ritmicheskikh-igr)
13. Примерные русские народные танцы для детей

"Бабушкина - горница" <https://www.youtube.com/watch?v=nCptHsq-S8U>

"Веселый перепляс" [https://www.youtube.com/watch?v=0acnSTUI\\_s0](https://www.youtube.com/watch?v=0acnSTUI_s0)

"Гжель" <https://www.youtube.com/watch?v=8iaQCAmUdds>

"Русские матрешки" <https://www.youtube.com/watch?v=CWk85N8vBc8>

"Кадриль" <https://www.youtube.com/watch?v=euJiuWxSr1Y>

"Бабушки- старушки" <https://youtu.be/-9ChDc1S-tg?t=1553>

"Матрешки" [https://www.youtube.com/watch?v=r8I\\_ROrEsU](https://www.youtube.com/watch?v=r8I_ROrEsU)

"Русские забавы" <https://www.youtube.com/watch?v=Dsp7o50DYko>

"А я чайничала" <https://www.youtube.com/watch?v=I3vSZszknwA>

14. Сборник детской музыки и песен

<https://m.radio.lol/playlist/popular/детская-ритмика>

15. Учебное пособие «Основы Вальса» <https://infourok.ru/uchebnoe-posobie-osnovy-vals-5358737.html>

16. Учебное пособие «Танцуем вальс»

[https://tvorimdobro.ucoz.ru/metodika/fedoskina\\_o.s-tancuem\\_vals-1.pdf](https://tvorimdobro.ucoz.ru/metodika/fedoskina_o.s-tancuem_vals-1.pdf)

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Упражнения для формирования правильной осанки**

#### **с предметом на голове**

1. Стоя с предметом на голове и сохраняя правильное положение туловища, подняться на носки, вернуться в исходное положение.
2. Ноги вместе, руки вперед. Делать выпады вперед правой, а затем левой ногой.
3. Ноги вместе, руки на поясе. Присесть и вернуться в исходное положение.

#### **Игровые упражнения на укрепление осанки**

**«Река, берег, парус».** Ребенок проверяет свою осанку (спина прямая, голова чуть поднята, руки опущены вниз). На слово «Река!» - делает шаг назад, на слово «берег!»-шаг вперед, «Парус!»-поднимает руки вверх. При выполнении движений обращается внимание на сохранение правильной осанки.

**«Волшебные ёлочки».** Ребенок встает у стены (касаясь ее затылком, лопатками, ягодицами и пятками), изображая волшебную елочку, которая по сигналу «Ночь!» бежит, красиво и легко кружится по комнате, а по сигналу «Лесник!» - бежит к стене, принимая первоначальную позу. «Лесник» осматривает елочку, неровную забирает с собой.

Та же игра, но по сигналу «Лесник!» елочка останавливается там, где их застал сигнал.

#### **Примерный перечень упражнений**

##### **Упражнения плечами:**

- подъем и опускание плеч вверх, вниз и поочередно;
- круговые движения плечами вперед, назад, двумя вместе и поочередно.

##### **Упражнения для рук.**

- подъем и опускание вверх-вниз;
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;

- отведение согнутых в локтях рук в стороны.

***для кистей рук:***

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь.

***Упражнения для корпуса:***

- наклоны вперед, в стороны;
- перегибы назад;
- повороты корпуса вправо, влево;
- круговые движения в поясе;
- смещение корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса («ронять» корпус).

***Упражнения для ног:***

- полуприседания;
- подъём на полупальцы;
- подъём согнутой в колене ноги;
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону;
- то же с приседанием;
- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;
- разворот согнутой в колене ноги.

***для ступней ног:***

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе.

**Танцевальные шаги**

**Обычная ходьба в умеренном темпе.** При такой ходьбе нога ставится на опору с пятки, затем перекатом через ступню на носок переходит в

отталкивание (по возможности, выпрямленной в колене ногой). Движения рук спокойные - согнутые в локтях руки поочередно поднимаются вперед не выше уровня груди, затем отводятся назад локтями вверх, кисть примерно на уровне пояса. Голова приподнята, плечевой пояс не напряжен, живот подобран.

**Ходьба на носках.** Выполняется на более прямых ногах. Шаги короткие, туловище выпрямлено, подтянуто. Нога ставится на переднюю часть стопы, пятка не касается поверхности. Движения рук незначительные, они несколько расслаблены. Их можно поставить на пояс, положить за голову. При этом плечи опущены, осанка непринужденная.

**Ходьба на «полупальцах».** Выполняется ходьба так же, на носках, но ноги в коленях не сгибаются и высокий подъем стопы. Шаги мелкие. Корпус натянут, руки поставить в положение на пояс.

**Ходьба на пятках.** Этот вид ходьбы выполняется почти на прямых ногах. Шаги короткие, живот подтянут, спина выпрямлена. Нога ставится на пятку, носки подняты вверх, при этом не следует их сильно разворачивать в сторону. Руки на поясе.

**Ходьба, высоко поднимая колени.** Движения энергичные, четкие. Нога ставится сначала на переднюю часть, затем на всю стопу. Шаги короткие, но уверенные. Согнутая в колене нога поднимается вперед-вверх. Бедро принимает горизонтальное положение, голень образует с бедром прямой угол, носок оттянут вниз. Активные движения ног согласуются с движениями рук, кисти сжаты в кулаки. Продвижение вперед незначительное. Корпус прямой, голова приподнята.

**Ходьба перекатом с пятки на носок.** Выполняется этот вид ходьбы ярко выраженной постановкой ноги на пятку, плавным и одновременно энергичным перекатом на носок, слегка пружиня при этом и стараясь приподняться повыше. Движения рук свободные, ненапряженные, с некоторым акцентом (остановкой) в момент перехода на носок.

**Ходьба приставным шагом.** Может выполняться вперед, назад, в правую и левую сторону. Шаг начинается с любой ноги: одна при этом выносится вперед, другая к ней приставляется. Обе ноги оказываются вместе, пятки их соединяются на каждом шаге. Не следует поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь. Руки в движении участия не принимают - их целесообразнее поставить на пояс. Этот вид ходьбы особенно хорошо выполнять под разножанровую музыку: под марш - четко, без заметного

сгибания ног в коленях; под танцевальную музыку - мягко, пружиня на одной или на обеих ногах.

**Ходьба крестным шагом.** Одна нога выносится вперед и ставится перед другой немного в сторону. Продвижение вперед незначительное. Нogu нужно ставить выпрямленной и на всю стопу. Руки целесообразно держать на поясе, так как их активные движения могут привести к чрезмерному повороту туловища и нарушить координацию движений.

**Ходьба спиной вперед.** Одна нога ставится назад на переднюю часть стопы или сразу на всю стопу. Толчок производится пяткой другой ноги или всей стопой одновременно.

### **Танцевальный бег**

**Обычный легкий бег.** Правильной техникой такого бега считается: умение бегать свободно, легко, с естественными движениями рук. Руки полусогнуты в локтях. При беге руки движутся вперед-вверх примерно до уровня груди несколько внутрь, затем отводятся локтями назад - в стороны. При беге небольшими шагами слегка согнутая в колене нога ставится на переднюю часть стопы. При отталкивании нужно разогнуть ногу в колене. Носки стоп в стороны не разводятся. Туловище слегка наклонено вперед, голова с ним на одной линии, грудь и плечи развернуты, плечи не поворачивать вслед за рукой, чтобы не вызвать чрезмерного поворота туловища. Осанка ненапряженная, движение рук свободное.

**Бег с высоким подниманием колен.** Бежать, поднимая согнутую в колене ногу под прямым углом, ставить ее на пол мягким, эластичным и в то же время достаточно энергичным движением на переднюю часть стопы. Шаг короткий, с незначительным продвижением вперед. Корпус прямой и слегка откинут назад, голова высоко поднята. Руки на поясе.

**Бег на носках.** Нogu следует ставить на переднюю часть стопы, не касаясь пяткой пола. Шаг короткий, темп быстрый. Движения рук спокойные, расслабленные, в такт шагам, высоко их не поднимать, руки на поясе.

**Бег широким шагом.** Делать широкие шаги, увеличивая толчок и время полета (как бы перепрыгивая через воображаемое препятствие). Нogu ставить с пятки перекатом на всю стопу. Толчковую ногу стараться полностью выпрямлять, энергично отталкиваясь.

**Бег с отведением назад согнутой в колене ноги.** Туловище наклонено вперед несколько больше обычного, руки на поясе. Согнутая в колене нога после толчка отводится назад (стараться пяткой достать ягодицу).

**Бег прыжками.** Выполняется энергично, широким размашистым движением. Толчок делать вперед-вверх.

### **Примерные комплексы ритмических упражнений**

1. 1– 8 – 4 раза выставление ноги на пятку вперед; руки на каждый счет вперед, вверх, в стороны, вниз вперед, левую согнуть к плечу, левая прямая, вниз. Повторить 10 раз.

2. 1– 8 – 4 выпад назад; руки на каждый счет согнуты вперед скрестно перед грудью; согнуты вверх, предплечья друг на другом; согнуты в стороны, предплечья вверх; хлопок по бедрам; 2 хлопка по плечам скрестно; 2 хлопка по ягодицам. Повторить 8 раз.

3. 1– 4 – 2 маха согнутой вперед (левой и правой) на прыжках; 5 – 8 – прыжки на двух с поворотом на 360, правая рука в сторону. Повторить 10 раз.

4. 1– 2 – шаг правой в сторону, полуприсед, хлопок по плечам скрестно, хлопок по бедрам; 3 – 4 – О.С., 2 хлопка в ладоши; 5 – 8 – то же, счет 1 – 4 в другую сторону с другой ноги. Повторить 8 раз.

5. 1– 4 – 4 шага на месте с небольшим наклоном вперед; 5 – 8 – 4 прыжка на двух, руки вверх, хлопки в ладоши. Повторить 10 раз.

6. 1– 2 – приставной прыжок вправо (галоп в сторону), руки на каждый счет: 1 – вниз и согнуть; 2 – вниз; 3 – 4 – 2 шага на месте с правой, руки согнуты вперед, пружинящие движения руками вперед, назад на каждый счет; 5 – 8 – то же, счет 1 – 4 – в другую сторону с другой ноги. Повторить 8 раз.

7. 1 – 8 – 1 – шаг правой вперед – вправо; 2 – шаг левой вперед – влево, небольшой полуприсед; 3 – шаг правой назад в И. П.; 4 – шаг левой назад, приставляя к правой. Повторит 10 раз.

8. 1 – 4 – 2 приставных шага вправо с разворотом стопы и бедра левой (нога на носок), левая рука согнутая вперед, полукруг рукой влево – вверх; 5 – 8 – то же в другую сторону с другой ноги, полукруг правой рукой. Повторить 10 раз.

### **Комплекс ритмических упражнений с обручем.**

1. И.п.: основная стойка, обруч в двух руках внизу за спиной. 1-2 подняться на носки; 3-4 опуститься. (4 раза). 1-8 переступания с одной ноги на другую.
2. И.п.: ноги на ширине плеч, обруч за спиной. 1-4 обруч вынести вправо - вверх; 5-8 то же влево.
3. И.п.: основная стойка, обруч в двух руках перед собой. 1-2 поворот обруча в вертикальной плоскости вправо, чуть согнув ноги в коленях; 3-4 то же влево.
4. И.п.: ноги на ширине плеч, обруч у груди. 1-4 наклон вперед, покачивая обручем; 7-8 вернуться в исходное положение.
5. И.п.: то же. 1-6 наклон вперед, покачивая обручем; 7-8 вернуться в исходное положение.
6. И.п.: то же. 1-4 поворот вправо, правая нога на носок и присогнута в колене, обручем коснуться колена; 5-8 то же влево.
7. И.п.: ноги вместе, руки с обручем вытянуты вверх. 1-8 прыжки через обруч; 9-16 равновесие на одной ноге.
8. И.п.: стоя на коленях в обруче. 1-2 сесть на пятки, руки в стороны; 3-4 то же, руки вперед.
9. И.п.: то же. 1-4 сесть на бедро вправо, руки вытянуты влево; 5-8 то же в другую сторону.
10. И.п.: сидя на полу, руки в упоре сзади, колени прижаты к груди. 1-2 положить колени вправо; 3-4 то же влево.

11. И.п.: сидя в обруче. 1-16 акробатическое упражнение "березка".
12. И.п.: то же. 1-2 группировка сидя, 3-4 ноги поднять вверх - в стороны, руки развести в разные стороны.
13. И.п.: сидя на полу, ноги врозь. 1-4 поворот вправо, прогнувшись с упором на правую руку; 5-8 то же влево.
14. И.п.: основная стойка, обруч перед грудью. 1-2 мах правой ногой вправо, руки с обручем поднять вверх; 3-4 то же левой ногой.
15. И.п.: то же. 1-2 поднять правую ногу, согнутую в колене вперед, обручем коснуться колена; 3-4 то же левой ногой.
16. И.п.: основная стойка. Вращение обруча на руке.
17. Одновременно с вращением обруча выполнить прыжки.

**Комплекс ритмических упражнений с гимнастическими  
палками (в парах).**

1. И.п. - стоя лицом друг к другу, палки сбоку вниз, хват за концы. 1-палку вверх, 2-и.п.
2. И.п. - то же. 1-правую руку вперед, левую назад.
3. И.п. - то же. 1-руки в стороны, 2-руки вверх, 3-в стороны, 4-вниз.
4. И.п. - то же. 1-4 (поочередно) одну руку к плечам, другую к плечам, руку вверх, другую вверх, 5-8 в обратном направлении.
5. И.п. - то же. 1-4 отведение правых рук назад одним партнером, затем другим.
6. И.п. - спиной друг к другу, палки вниз сзади продольно, хват снизу. 1 выпад вперед поочередно одной ногой и другой.
7. И.п. - сесть лицом друг к другу, взяться за концы палки, руки прямые. 1 поднять ноги в сед. углом, 2-и.п.
8. Стойка на коленях, руки в стороны, хватом за концы. 1 поворот туловища влево, сед на пятки, 2-и.п., 3-4-то же вправо.
9. И.п. - ноги врозь, лицом друг к другу, хват за концы. 1 наклон вперед, 2-наклон вниз, палки вниз, 3-и.п.

10. И.п. - стоя лицом друг к другу, палки внизу. 1-4 поочередное приседание.
11. И.п. - стоя лицом друг к другу, палки внизу. 1 поочередное перемахивание правой и левой. Начинать в одну сторону.
12. Сидя спиной друг к другу, палки к плечам. 1-2 сед углом, 3-и.п.
13. И.п. - стоя рядом, палку держим за концы. 1 равновесие, палку вверх.
14. И.п. - то же. 1 мах ногой в сторону, палку вверх.
15. И.п. - ноги врозь, лицом друг к другу, хват за концы. 1 правую ногу на носок, наклон, палку вверх левой рукой.

### **Примеры танцевальных этюдов**

#### **Этюд с зонтиками.**

Дети принимают положение упор присев, спрятавшись за зонтиками.

1. С началом музыки из-за зонтика показываются ладошки, дети вращают ими.
2. Дети встают в полный рост, выполняют переступания с пятки на носок, выполняя движения руками:
  - 1-правая рука в сторону;
  - 2-то же левой;
  - 3-руки вместе перед грудью;
  - 4-руки скрестно перед грудью;
  - 5-руки в стороны;
  - 6-руки вверх над головой скрестно.
3. Три приставных шага вправо, круговые движения ладонью перед грудью, Четыре приставных шага влево, левая ладонь вращается перед грудью.
4. Поднять правую ногу, согнутую в колене вперед, левая рука скрестно тянется к колену. То же другой рукой и ногой.
5. 1-левую ногу в сторону на носок, правая полусогнута, вращения руками перед грудью.
  - 2-выпрямиться, руки вверх.
  - 3-4-то же другой ногой.

6. 1-шаг скрестно влево, мах ногой в сторону, руки в стороны.  
2-то же в другую сторону.
7. Мах левой ногой в сторону, руки в стороны.  
1-и.п.  
2-в другую сторону.
8. Выпад в левую сторону, вращения руками перед грудью (моторчик).  
1-и.п.  
2-то же в другую сторону.
9. Выпад на левую ногу, перенести тяжесть тела на правую ногу, круговые движения рукой.
10. И.п. - упор присев. Выпрыгнуть вверх, ноги врозь, руки вверх - в стороны.
11. Бег вокруг зонтика с захлестыванием.
12. И.п. - стоя на коленях. Мах ногой, прогнуться.
13. И.п. - то же. Боковые махи левой и правой ногой.
14. И.п. - лежа на животе. Выполняем "кольцо", "лодочку".
15. Стоя, зонтик в руках, бег на месте, выбрасывая прямые ноги вперед.
16. Ходьба приставными шагами в правую сторону 3 раза, то же в левую сторону.
17. И.п. - упор присев, зонт лежит на полу. Прыжки вверх, ноги врозь, руки вверх в стороны.  
1-и.п.
18. Стоя на одной ноге, вторая согнута в колене, рукой взяться за согнутую ногу, прогнуться, второй рукой помахать, спрятаться за зонтик.

### **Танцевальный этюд «Зайчики».**

#### **Часть 1.**

- 1-16 т. – на подскоках двигаются друг за другом, образуя круг.
- 1-4 т. – два полуприседа.
- 5-8т. – 4 прыжка вверх.
- 9-12 т. – на подскоках повернуться прямо.

13-16 т. – на простых шагах построиться в две линии.

## **Часть 2.**

1-8 т. – два прыжка в перед и два назад.

9-16 т. – поочередное сгибание колен, не отрывая носков от пола

1-8 т. – два прыжка в перед и два назад.

9-16 т. – кружение на подскоках в парах.

## **Часть 3.**

1-8 т. – прыжки по квадрату.

9-16 т. – прыжки в стороны.

1-8 т. – прыжки по квадрату.

9-16 т. – на подскоках собраться в две колонны.

## **Часть 4.**

1-8 т. – поднятие рук вверх с небольшим наклоном корпуса в право и влево с полуприседами.

9-16 т. – на подскоках встать в пары (соединив две колонны)

1-16 т. – парами на подскоках через круг уйти.

## **Танцевальный этюд «Лучики».**

Детям раздаются по две ленточки желтого цвета.

И. п. – стоя в кругу лицом к центру, в обеих руках ленты одного цвета.

## **Часть 1.**

1-8 т. – стоя на месте, выполняют плавные взмахи обеими руками вверх – вниз.

9-16 т. – поочередные взмахи руками снизу вверх движение «ленточки».

1-8 т. – перекрестные движения рук из и.п. руки вперед – движение «поющие руки».

9-16 т. – кружение на высоких полупальцах, руки в стороны.

## **Часть 2.**

1-8 т. – легкий танцевальный бег на полупальцах к центру круга.

9-16 т. – движение рук «ленточки».

1-8 т. – поворот из круга и возвращение на исходную позицию.

9-16 т. – поворот лицом к центру, «ленточки».

### **Часть 3.**

1-2 т. – стоя на месте, лицом к центру круга, взмах правой рукой, одновременно выставляя правую ногу вперед – в сторону на носок.

3-4 т. – правую руку опустить, вернуться в и.п.

5-6 т. – взмах левой рукой, одновременно выставляя левую ногу вперед – в сторону на носок.

7-8 т. – левую руку опустить, вернуться в и.п.

9-16 т. – дети выполняют кружение на высоких полупальцах в парах, соединив правые руки и подняв их вверх - движение «вертушка» .

17-24 т. – то же движение, подняв левые руки вверх.

### **Часть 4.**

1-8 т. – поворот направо, легкий танцевальный бег по кругу на низких полупальцах, в сочетании с круговыми вращательными движениями рук.

9-16 т. – бег по кругу в обратном направлении в сочетании с движениями рук.

С окончанием музыки дети остаются в кругу в и.п. стоя лицом к центру, руки с лентами опущены вниз.

## **Игры на развитие чувства ритма**

### **«БЕЛОЧКА»**

Ход игры: проговорить с детьми слово «БЕ-лоч-ка». Прохлопать в ладоши, по коленям ритм. Выложить цепочку из

картинок и ритмично проговорить названия игрушки.

### **«ТУК-ТУК, МОЛОТКОМ»**

Ход игры: выбрать ребенка на роль «строителя». Надеть ему каску.

Педагог поет песню и стучит кулаком о кулак на сильную долю такта.

«Строитель» и дети стараются стучать так же.

Тук- тук, мо - лот - ком

мы по – стро - им но - вый дом.

### **«ПЕРЕДАЙ РИТМ»**

Ход игры: Дети становятся друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего. Ведущий (последний в цепочке) отстукивает ритм следующему ребенку. И тот передает ритм следующему. Последний участник (стоящий впереди всех) «передает» ритм, хлопая в ладоши.

Ведущим может быть педагог. Дети могут сидеть в паровозике на стульчиках.

### «КРУЖОЧКИ»

Ход игры: педагог показывает детям, что большие кружки обозначаются «ТА», а маленькие – «ти-ти». Он выкладывает кружочками 2-3 ритмических рисунка. Дети проговаривают слоги, прохлопывают, проигрывают на музыкальных инструментах.

### «РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ!»

Описание: под музыку «Физкультурный марш» М.Раухвергера дети выполняют динамические движения. На нечетные такты двигаются бодрым шагом вперед, считая вслух: «Раз, два, три, четыре!» На четные такты дети стоят на месте и хлопают в ладоши, воспроизводя ритмический рисунок.

## Игры на развитие координации

### «Зеркало»

Цель: развивать умение ориентироваться в пространстве, развивать двигательную память, умение быстро реагировать на движения ведущего.

На первом этапе игра выполняется в положении сидя на коленях и на пятках. Сначала педагог совершает медленные движения одной рукой, затем другой, затем двумя. Дети зеркально повторяют движения педагога. Когда упражнение освоено, можно переходить в положение стоя, и подключать движения всего тела. Когда игра освоена из детей выбирается ведущий и заменяет педагога.

### «Найди клад»

Цель: развивать умение ориентироваться в пространстве, умение быстро реагировать на команды ведущего.

В классе прячется игрушка или конфета, или любой другой предмет. Один из учеников должен найти ее, ориентируясь на команды учителя (ведущий

говорит: «сделай два шага вперед, один направо...» и т. п.). В дальнейшем ведущий выбирается из учеников.

«Море волнуется...»

Цель: стимулировать умение определять пространственные отношения между собой и окружающими объектами.

Дети, взявшись за руки, встают в круг. В середине круга – водящий. Дети, качая сцепленными руками, говорят: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри». Все замирают, а водящий внимательно смотрит. Кто пошевелился, тот выбывает из игры.

«Веселые игрушки»

Цель: закреплять навыки ориентировки в микропространстве.

Игра на закрепление знания левой и правой руки. Попросить детей поднять вверх правую руку, левую ногу, топнуть правой ногой, дотронуться левой рукой до правого уха, завести левую руку за спину и т.д.

### **Игры на знакомство**

#### *1. Давай познакомимся.*

Дети сидят в круге. Участники передают мяч по кругу, называют свое имя и качество.

#### *2. Давай поздороваемся.*

Участники здороваются друг с другом ладошками, щечками, носами, локтями и т.д. и называют свое имя.

#### *3. Бросание мяча*

Все участники стоят в круге. Один громко называет свое имя и бросает мяч другому участнику, который тоже должен назвать свое имя и т.д.

#### *4. Снежный ком.*

Все участники игры садятся или становятся в круг, таким образом, чтобы все играющие видели друг друга. Участники по очереди называют свое имя. Каждый последующий игрок называет имена всех предыдущих игроков прибавляя к ним свое.