

А.И.Буренина

Ритмическая МОЗАИКА

Программа
по ритмической
пластике
для детей



ПРАВИТЕЛЬСТВО ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛЕНИНГРАДСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ
РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

А. И. Буренина

РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА

Программа по ритмической пластике для детей

Рекомендовано

Министерством образования Российской Федерации

в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста

Издание второе, исправленное и дополненное

Санкт-Петербург
2000

Печатается по решению кафедры теории и практики дошкольного и начального школьного образования и РИСа ЛОИРО

Научный редактор: проректор по научно-методической работе ЛОИРО,
канд. пед. наук, доцент, В.П. Коряковцев

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, профессор Д.И. Воробьева,
доктор психологических наук, профессор Г.С. Сухобская,
доктор искусствоведения, профессор М.Л. Космовская.

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. — 220 с.

В программе раскрывается технология, в основе которой — музыкальное движение, направленное на целостное развитие личности детей от 3 до 9 лет. Система работы предполагает вариативные игровые формы организации педагогического процесса в дошкольных образовательных учреждениях и школе на основе сотрудничества ребенка и взрослого.

К программе прилагаются методические рекомендации, раскрывающие путь развития детей — от подражания к самостоятельности и к творчеству, а также разработанный автором практический материал — 100 разнообразных музыкально-ритмических композиций, апробированных в опыте работы педагогов Ленинградской области, С.-Петербурга, Москвы и других регионов России.

“Ритмическая мозаика” включается составной частью в программу Д.И.Воробьевой “Гармония развития”, вместе с тем, являясь оригинальной авторской разработкой, она может быть использована и как самостоятельная программа.

Адресовано данное издание музыкальным руководителям дошкольных учреждений, инструкторам по физическому воспитанию, руководителям детских хореографических студий, преподавателям педагогических колледжей, учителям, воспитателям и другим специалистам.

*Посвящается светлой памяти
моей первой учительницы музыки —
Шатан Раисе Менасьевне*

*«Если бы ребенок, которым вы были когда-то, спросил у вас сегодня
о самом лучшем, чему вы научились в жизни — что бы вы ему
рассказали? И что бы вы открыли для себя взамен?»*

Ричард Бах

*Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное,
что есть в жизни — это свободное движение под музыку.
И научиться этому можно у ребенка.*

Автор

Содержание

Предисловие ко второму изданию	5
Пояснительная записка	6
Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей	10
Совершенствование умений педагогов	22
Требования к подбору музыки	24
Требования к подбору движений	25
Критерии определения доступности музыкально-ритмических упражнений ...	26
Контроль за самочувствием детей	27
Организация общения педагога с детьми	27
Методические рекомендации к реализации программы “Ритмическая мозаика”	
Методика организации педагогического процесса	30
Развитие детей в процессе освоения разнообразных видов движений	35
Разучивание музыкально-ритмических композиций на занятиях	37
Использование музыкально-ритмических композиций в различных формах организации педагогического процесса	39
Послесловие	42
Приложение 1	
1. Музыкально-ритмические композиции первого уровня сложности	43
2. Музыкально-ритмические композиции второго уровня сложности	57
3. Музыкально-ритмические композиции третьего уровня сложности	83
Приложение 2	
В помощь к планированию содержания работы по ритмопластике	184
Приложение 3	
Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка ..	188
Приложение 4	
Материалы к развитию импровизации в процессе театрализованной	191
Приложение 5	
Ноты	199
Список музыкально-ритмических композиций	218
Список нот к танцам и сказке “Муха-Цокотуха”	219
Литература	220

Предисловие ко второму изданию

Дорогие коллеги!

Идеи программы “Ритмическая мозаика”, опубликованной ранее (1977 г.), заинтересовали многих специалистов, использующих в своей педагогической деятельности движение под музыку как универсальное средство целостного развития личности ребенка.

Опыт использования данной программы показал, что ее привлекательность — в доступности реализации содержания и освоении программного материала детьми разного возраста (и с различными способностями), а также в гибкости и универсальности самой системы работы, способствующей укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию тела и духа.

В отзывах участников семинаров отмечается также большой интерес к программному репертуару, включающему 100 авторских музыкально-ритмических композиций, каждая из которых имеет самостоятельный игровой образ.

Используя музыкально-ритмические композиции, педагоги могут конструировать различные формы работы с детьми (занятия, программы утренников и развлечений, комплексы общеразвивающих упражнений, фрагменты логоритмических занятий и т.д.). Благодаря разнообразной тематике предложенный музыкально-ритмический репертуар сочетается с другими видами художественно-творческой деятельности (изобразительной, театральной и др.).

Основу для ритмических композиций составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и др.), позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает не только разнообразными двигательными навыками и умениями, но также и опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастике, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях и т.д. Поэтому мы рассматриваем “Ритмическую мозаику” как своеобразный “донотный” период* в процессе музыкально-двигательного воспитания детей, который помогает “настроить инструмент” (тело), научить его слышать музыку и выражать свое “видение” музыкального произведения в пластической импровизации.

В настоящее издание мы включили только авторские материалы, опубликованные ранее в пособии “Ритмическая пластика для дошкольников” (СПб., 1974), в программе “Ритмическая мозаика” (СПб., 1977) и также в сборнике тезисов докладов и практических материалов к конференции “Музыкальное движение: вчера, сегодня, завтра” (СПб., 1998). К ранее опубликованным материалам добавлены новые композиции (в основном, на классическую музыку). В отличие от предыдущих публикаций, практический материал в данном издании систематизирован по уровням сложности, описа-

* Донотный период рассматривается в музыкальной педагогике как необходимый этап первоначального развития способностей ребенка до начала систематического профессионального обучения музыке, основанный на игровых приемах без использования музыкальной грамоты.

ния композиций исправлены и дополнены методическими рекомендациями к использованию в работе с детьми.

Учитывая запросы слушателей курсов повышения квалификации и участников семинаров по ритмической пластике, автором дополнены методические приложения по планированию работы с детьми.

Пояснительная записка

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа. На наш взгляд важно, чтобы педагог осознавал приоритетные цели и задачи в своей деятельности, понимал, в чем выражается основной эффект развития.

Основная направленность предлагаемой вашему вниманию программы “Ритмическая мозаика”, которая, на наш взгляд, является универсальной, — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного (“музыкального”) инструмента.

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

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

У философов Древней Греции было немало последователей. Так, идея синтеза музыки и движения была подхвачена швейцарским музыкантом и педагогом Эмилем Жаком Далькрозом (1865-1950), который разработал на ее основе уже в начале XX века систему музыкально-ритмического воспитания детей. Эта система стала

* Цит. по: Рерих С.Н. Стремиться к прекрасному. — М., 1993.

** Там же.

известна во многих странах Европы и в России под названием “метода ритмической гимнастики”. Современность и актуальность этой методики и по сей день не только в ее названии, столь широко используемом многими специалистами по физическому и музыкальному воспитанию. Заслуга Э.Далькроза прежде всего в том, что он видел в музыкально-ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения. По его мнению, “с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нем “мышечного чувства”, что, в свою очередь, способствует “более живой и успешной работе мозга”. При этом Далькроз считал важным и то, как организован сам процесс занятий с детьми, который должен “приносить детям радость, иначе он теряет половину своей цены”*

В комплексе ритмических упражнений швейцарский педагог выделял как основу именно музыку, поскольку в ней имеется идеальный образец организованного движения: музыка регулирует движения и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением.

Дальнейшее развитие система Жака Далькроза получила в работах его учеников и последователей: Н.Г.Александровой, В.А.Гринер, Е.А.Румер и др., которые в 1911 г. окончили Институт музыки и ритма (Хеллерау, недалеко от Дрездена). Российские педагоги-ритмисты понимали важность распространения музыкально-ритмического воспитания для детей и молодежи. Ими была проделана огромная работа по дальнейшей разработке практического материала и пропаганде системы Жака Далькроза в различных школах. Н.Г.Александрова характеризовала ритмику как одно из средств биосоциального воспитания и ставила ее в центр соприкосновения педагогики, психофизиологии, научной организации труда, физкультуры, художественного развития и т.д. Она пропагандировала систему Далькроза на многочисленных лекциях, выступлениях, на которых подчеркивала также и лечебное значение занятий ритмикой**.

Таким образом, прогрессивная система музыкально-ритмического воспитания Жака Далькроза была положена в основу работы российских педагогов, которые по инициативе Н.Г.Александровой организовали Московскую ассоциацию ритмистов, где разрабатывали учебные программы (для школ, техникумов, консерватории) и методические указания к занятиям по ритмике для учебных заведений, систематизировали практический материал.

Члены Московской ассоциации ритмистов (Н.Г.Александрова, В.А.Гринер, Ю.А.Двоскина, Е.В.Конорова и др.) справедливо считали, что кем бы ни вырос ребенок, ему необходимо потренироваться на ритмических упражнениях, оказывающих на него благотворное влияние во всех планах.

Музыкально-ритмическое воспитание дошкольников в 50-60-е годы также разрабатывалось на основе идей Э. Жака Далькроза. Н.А.Ветлугина (1958), А.В.Кенеман (1960), а в дальнейшем М.Л.Палавандишвили, А.Н.Зиминая, Е.Н.Соковнина и др. разрабатывали программы музыкального воспитания, методику работы с детьми и разнообразный музыкально-ритмический репертуар для детей дошкольного возраста (эти материалы были включены в раздел “Музыкально-ритмическое воспитание детей” типовой программы).

* Далькроз Э.Жак. Ритм // Театр и искусство. — 1922. — С.37.

** Россихина В.П. Н.Г.Александрова и ритмика Далькроза в нашей стране // Из прошлого советской музыкальной культуры. — Вып. 3 — М., 1982. — С.238-270.

Все перечисленные прогрессивные идеи Эмиля Жака Далькроза и его последователей легли в основу и нашей системы занятий по ритмической пластике.

Что же нового предлагается в данной программе? Может, достаточно обновлять только репертуар для детей разного возраста, дополняя его современной музыкой, движениями? Безусловно, невозможно долгие годы использовать в работе один и тот же материал — например, “Танец снежинок” на музыку А.Жилина или “Парную пляску” на карельскую народную мелодию (из репертуара типовой программы), как бы хороши они ни были. Да, действительно, педагоги постоянно нуждаются в новом материале в соответствии с изменением запросов самих детей, явлений окружающей жизни, и, наконец, с потребностью все время вносить в свою работу новое, свежее. Но, пожалуй, разработка репертуара — это бесконечный процесс, и для педагога важно не столько постоянное пополнение своего репертуарного багажа, сколько умение самостоятельно его разрабатывать, ориентируясь на возможности конкретных детей, а также цель и задачи их развития. Поэтому, предлагая практический материал, мы советуем использовать его творчески, адаптируя к условиям работы, по необходимости изменяя отдельные движения таким образом, чтобы сам педагог внутренне принял эту композицию и сумел увлечь ею своих воспитанников (однако при этом важно сохранить ее образ, логику, стиль).

Ориентация не только на развитие детей, но и на **совершенствование профессионализма самого педагога** в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы “на себя”, “на себя во взаимодействии с детьми” — вот **первая** отличительная особенность данной программы.

Вторая особенность — это **использование** в качестве музыкального сопровождения, как правило, **целостных произведений** — в грамзаписи и при непосредственном, “живом” исполнении (а не отрывков по 8, 16 тактов, как это принято в традиционных музыкально-ритмических упражнениях). Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки. Идя от простого к сложному, от детских песен к симфоническим произведениям композиторов-классиков (М.Мусоргского, П.Чайковского, Э. Грига, К.Сен-Санса и др.), ребенок постепенно приобщается к миру прекрасного, пропуская как бы “через себя” музыку, сложный мир чувств и образов, обыгрывая своим телом музыкальную ткань произведения, его настроение и содержание и постигая при этом на телесном, зрительном и эмоциональном уровнях специфический язык средств музыкальной выразительности.

Третья особенность данной программы — это акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на **анализе тех внутренних процессов**, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, данная программа **является музыкально-ритмическим психотренингом** для детей и педагогов, развивающим внимание, волю, память, под-

вижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Итак, коротко рассмотрев основы предлагаемой программы, еще раз обратимся к самому названию, определению ведущего вида деятельности. Почему “Ритмическая пластика”, а не “Римическая гимнастика”, как у Жака Далькроза, не “Аэробика” — как у Д.Фонды, не “Музыкальное движение” — как у С.Д.Рудневой, Н.А.Ветлугиной и др.?

Отвечая на этот вопрос, мы хотим подчеркнуть еще одну особенность данной системы, включающей всевозможные телодвижения (из области гимнастики, хореографии, пантомимы, ритмики и др.), доступные детям дошкольного и младшего школьного возраста (а также педагогам, не имеющим профессиональной подготовки в области художественного движения и хореографии). В энциклопедии “Балет” ритмическая пластика характеризуется как “свободное движение, не подчиненное законам классического танца, с использованием и совмещением танцевальных и жизненных положений тела танцовщика”. Там же указывается, что современный ритмический танец является “результатом взаимодействия ритмического танца, порожденного системой Э.Жака Далькроза, и пластического танца А.Дункан. В нем органично соединились два противоположных принципа: полная подчиненность внутренним закономерностям музыкальной формы, диктующей ритмическую организацию движений, и свобода пластической разработки, которая не связана с какой — либо танцевальной традицией”*.

Мы полагаем, что разработанный нами программный материал (музыкально-ритмические композиции) соответствует этим положениям. Разнообразие композиций по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяющее использовать их в любых формах организации работы с детьми (от утренней зарядки и физкультуры до праздничных утренников), отражено в названии программы — “Ритмическая мозаика”.

Мы также стремились к тому, чтобы репертуар был музыкальным, выразительным, привлекательным для детей и взрослых, будил фантазию и воображение, развивал выразительные возможности тела и, в то же время, был доступным для исполнения. Но прежде чем перейти к рассмотрению практического материала (который описан в Приложении), проанализируем цель и задачи музыкально-ритмического воспитания, а также основные принципы и условия организации работы, положенные в основу содержания данной программы.

* Балет: Энцикл. — М.: Сов. энциклопедия, 1981.



Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей

Цель программы “Ритмическая мозаика” — **развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.** И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки...

Как и наши предшественники, мы рассматриваем и оцениваем красоту, выразительность движения под музыку в его гармоничности, как проявление индивидуальности восприятия образа, музыкальности, и, главное, естественности самого движения. Ведь что такое правильная осанка, красивая походка? Скорее всего, это наиболее естественное и удобное положение тела во время движения, наиболее оптимальная поза. Ведь красота движения и ребенка, и взрослого, как считали древние греки, Жак Далькроз, Айседора Дункан и многие другие, прежде всего в естественности, целесообразности, непринужденности, выразительности и одухотворенности. А эти все качества раскрываются при условии гармоничного развития, единства духовного и физического.

Другими словами, программа “Ритмическая мозаика” нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных)*.

Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования. И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных

* См.: Буренина А.И. Значение ритмической гимнастики в коррекционной работе с детьми, имеющими нарушения зрения // Современные исследования по проблемам учебной и трудовой деятельности аномальных детей: Тезисы доклада. (Ч. 1) — М.: АПН СССР, 1990. — С.11–12.

в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его “изюминка” и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сеченова, В.М.Бехтерева, методика М.Фильденкрайза и др.). В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании.

Поскольку речь идет о развитии детей в процессе музыкально-ритмических движений и содержание работы связано со спецификой этого вида деятельности, рассмотрим более детально ее особенности.

Во-первых, ритмика — это синтетический вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ и конкретизируют основные средства музыкальной выразительности.

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

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

В связи с этой взаимообусловленностью музыки и движения, а также целями данной программы, сформулированы **задачи** обучения и воспитания детей.

I. Развитие музыкальности:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

II. Развитие двигательных качеств и умений:

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

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

- развитие творческого воображения и фантазии;

- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

IV. Развитие и тренировка психических процессов:

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

V. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

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

Конкретизируя содержание каждого направления, выделим самое основное в каждом из них по возрастным группам.

3 — 4 года

Дети младшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Приоритетные задачи: воспитание интереса, потребности в движениях под музыку; развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки; обогащение слушательского и двигательного опыта, умения осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально-игровым образом.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями;
- обогащение слушательского опыта — узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение это в эмоциях, движениях;
- развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое — грустное, шаловливое — спокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно-быстрый — умеренно-медленный), динамику (громко — тихо), регистр (высоко — низко), ритм (сильную долю — как акцент, ритмическую пульсацию мелодии), различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями).

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;
- бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ (“бабочки”, “птички”, “ручейки” и т.д.);
- прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — “лошадки”, подскоки (4-й год жизни);

общеразвивающие упражнения: на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), которые даются, как правило, на основе игрового образа;

имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка и т.д.);

плясовые движения — простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притоптывание одной ногой, “выбрасывание” ног и др.

3. Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой — развитие слухового внимания, способности координировать слуховые представления и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: “Зайчик испугался”, “Мишка радуется меду” и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), формой (двухчастной) и ритмом музыки;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — умение выполнять упражнения 1-го уровня сложности (см. прил. 2) от начала до конца, не отвлекаясь — по показу взрослого или старшего ребенка.

музыкой — развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;

- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: “Кошка обиделась”, “Девочка удивляется” и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи — в умении выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта (например, не танцевать и не шуметь в помещении, если кто-то отдыхает или занимается, сочувствовать, если кто-то упал или что-то уронил во время движения);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила **самостоятельно**: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из “Ритмической мозаики”):

- 1-е полугодие — повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций: “Марш”, “Кораблики”, “Красная шапочка”, “Кот Леопольд”, “Поросята”.
- 2-е полугодие: “Антошка”, “Волшебный цветок”, “Мячик”, “Кошка и девочка”, “Веселая пастушка”, “Песенка о лете” и др. (а также повторение всех ранее разученных композиций).

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

5 — 7 лет

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений — из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и

новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выразить в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп — разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также вариации, рондо;
- развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выразить это в соответствующих движениях.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, “с каблучка”, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, “гусиным” шагом, с ускорением и замедлением;
- бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения — на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок “легкий” и “сильный” и др.;

общеразвивающие упражнения — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

имитационные движения — различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды — “ в воде”, “в воздухе” и т.д.);

плясовые движения — элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

- ## 3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:
- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций (“змейка”, “воротики”, “спираль” и др.).

4. Развитие творческих способностей:

- развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов — умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения — **по фразам**;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления — на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);
- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: “Рыбки легко и свободно резвятся в воде”, “Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной” и др.

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам (например, радоваться успеху других детей и переживать, если кто-то упал или уронил предмет, головной убор во время движения);
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр — например, если кто-то отдыхает или работает, не танцевать, не проявлять бурно радость, если у кого-то горе и т.д.);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из “Ритмической мозаики”):

1-е полугодие: повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар — по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности):

“Упражнения с осенними листьями”, “Кремена”, “Три поросенка”, “Кукуляндия”, “Упражнение с обручами”, “Светит месяц”, “Танцуйте сидя”, “Крокодил Гена” и др.

2-е полугодие: “Красный сарафан”, “Полкис”, “Месяц и звезды”, “Два Барана”, “Птичка польку танцевала”, “Птичий двор”, “Цирковые лошадки”, “Голубая вода”, “Мельница” и др.

Сюжетные танцы: “Домисолька”, “Богатыри”, “Танец Троллей”.
Старинные бальные танцы: “Полонез”, “Менуэт”, “Старинная полька” и др.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

7 — 9 лет

Особенностью содержания работы по музыкально-ритмическому воспитанию младших школьников является включение этого вида деятельности в учебный процесс, установление межпредметных связей в различных дисциплинах — как эстетического цикла: музыки, изобразительной деятельности, выразительного чтения, — так и других (математика, природоведение), в стимулировании развития основных психических процессов — внимания, памяти, воли, образного мышления — средствами музыки и выразительного движения.

Приоритетные задачи:

- укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; снижение психологического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.);
- поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой;
- развитие художественно-творческих способностей.

Основное содержание**1. Развитие музыкальности:**

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, высказываться о музыке, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями, включая классические и современные произведения крупной формы (“Времена года” П.Чайковского, “Картинки с выставки” М.Мусоргского, произведения С.Прокофьева, Д.Кабалевского и др. — по программе “Музыка” для начальных классов);
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и тонкие нюансы: изящество, тревожность, грусть, безмятежность и восторг и т.д. Уметь в слове выразить характер движений, подбирая точные эпитеты;
- развитие умения различать и выражать в движении основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный, а также ускорения и замедления), динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамичес-

ких оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); ритм (разнообразный, в том числе и синкопы); различать 2-3-частную форму произведения (с мало-контрастными по характеру частями), а также другие структуры сочинений — вариации, рондо. Уметь правильно пользоваться простейшими музыкальными терминами: ритм, темп, динамика и т.д.;

- развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец), песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш (разный по характеру) — и выражать это в соответствующих движениях, в словесных описаниях, использовать элементарные музыкальные термины и понятия (например, “мелодия”, “аккомпанемент”, “регистр” и др.).

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, “с каблучка”, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, “гусиным” шагом, с ускорением и замедлением;
- бег — легкий, ритмичный, передающий различные образы; широкий, острый, с остановками, пружинящий бег;
- прыжковые движения — разнообразные сочетания прыжков на одной и на двух ногах на месте, с продвижением вперед, различные виды галопа, поскоков (“легкий” и “сильный”), на скакалке и др.;

общеразвивающие упражнения — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног, с предметами и без них;

имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях);

плясовые движения — элементы народных плясок и детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, шаг с каблучка, вальсовый шаг и др.

- ## 3. Развитие умений ориентироваться в пространстве
- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения и уметь их моделировать на плоскости листа бумаги, фланелеграфе, доске и т.д.

4. Развитие творческих способностей:

- умения описывать словами (в устной и письменной речи) музыкальный образ и содержание музыкального произведения;
- умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации, обосновывая логику построения композиции;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под

другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ; учить сочинять физкультминутки на уроках;

- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умения оценивать свои творческие проявления и давать обоснованную оценку другим детям.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие воли, произвольного внимания, способности координировать слуховое представление и двигательную реакцию в соответствии с тонкими нюансами звучания музыки;
- развитие эмоциональной сферы и умения выражать свои эмоции в мимике и пантомимике — радость, грусть, страх, тревогу, насмешку, сочувствие и т.д., т.е. разнообразные по характеру настроения, например: “Неуверенный ученик выходит к доске”, “Хвостун рассказывает о своих отметках” и др.;
- тренировка подвижности нервных процессов: умения быстро менять направление и характер движения, мгновенно реагируя на различный темп, динамику, ритм и форму музыкального произведения;
- развитие музыкальной и двигательной памяти, мышления (умения сравнивать, анализировать характер мелодии, движения, выражая это в суждениях и т.д.).

6. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:

- развитие способности к эмпатии — умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным — персонажам песен, музыкальных пьес и других произведений;
- воспитание стремления и умения обучать музыкальным движениям детей младшего возраста, придумывать для них комплексы упражнений для зарядки, физкультминутки и игры;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения со сверстниками и с детьми младшего возраста; формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять все правила без подсказки взрослых: пропускать старших впереди себя, мальчикам — уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Рекомендуемый репертуар (из “Ритмической мозаики”): повторение репертуара, разученного в младших группах; новый репертуар — по выбору педагога (2-й и 3-й уровни сложности): “Кремена”, “Три поросенка”, “Кукляндия”, “Песенка о лете”, “Упражнение с обручами”, “Светит месяц”, “Танцуйте сидя”, “Крокодил Гена”, “Парный танец”, “Сиртаки”, “Турецкий марш”, “Красный сарафан”, “Полкис”, “Месяц и Звезды”, “Два Барана”, “Птичка польку танцевала”, “Птичий двор”, “Цирковые лошадки”, “Осенний парк”, “Дети и природа”, “Какадурчик”, “Танец Солдатиков и Кукол”, “Танец Цветов и Бабочек” и др.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности, правильно называть их;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру;

- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений, сочинение танцев для праздников, физкультминуток для уроков;
- освоение сложных видов движений: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, вальсовый шаг, элементы движений из современных детских бальных танцев.

Все эти задачи педагог реализует в процессе творческого общения с детьми в различных формах работы: на занятиях, в свободных играх, при подготовке и проведении развлечений и праздников, в процессе индивидуального общения с ребенком и т.д. Безусловно, необходимо конкретизировать данное содержание на определенный период времени, имея в виду последовательность усложнения заданий, выделение приоритетных задач в зависимости от возможностей детей и условий работы.

Совершенствование умений педагогов

(задачи и некоторые советы)

Безусловно, успех в музыкально-ритмическом развитии детей зависит в первую очередь от того, насколько сам педагог увлечен движением под музыку и владеет выразительным движением. К сожалению, многие взрослые со временем утрачивают не только ловкость, гибкость и грациозность движений, но и саму потребность в них. При этом появляется желание посидеть и понаблюдать за детьми, а не двигаться вместе с ними. В результате значительно снижается не только двигательная активность взрослых, но и детей, поскольку педагоги стремятся использовать в работе больше спокойных игр и заданий, не требующих интенсивных движений. Таким образом, со временем педагоги не в состоянии показать детям пример в танцах и играх, а дети, не имея достаточной тренировки в движениях, также становятся неловкими.

Можно привести и обратный пример, когда педагог по ритмике сам прекрасно владеет движением и нацелен на эффективный результат в обучении детей, но при этом не уделяет достаточного внимания развитию менее одаренных учеников, от которых сразу трудно добиться эффекта в исполнении танцев.

Противостоять этому можно только одним путем — проводить совместные занятия детей и взрослых, развивающие и тренирующие как учеников, так и педагогов, формирующие у воспитателей осознанное отношение к самому процессу движения, умение анализировать глубинные процессы, внешне проявляющиеся в мимике и пантомимике. На это и ориентирована наша программа, которая предполагает как совершенствование исполнительских способностей взрослых, так и ориентацию на развитие педагогического мышления, расширение кругозора, привитие общей и музыкальной культуры.

Итак, для педагогов наиболее актуальными являются следующие задачи:

1. Совершенствование двигательных навыков и умений:

- а) развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко и выразительно, максимально артистично и в соответствии с музыкой;
- б) обогащение двигательного опыта — использование разнообразных исходных положений, двигательных комбинаций;
- в) освоение обширного и разнообразного музыкально-ритмического репертуара (не менее 50 композиций, а желательно до 100 и более пластических миниатюр).

2. Совершенствование музыкальности: работа над исполнительской техникой (владение музыкальным инструментом), постоянно обогащать свой репертуар разнообразными произведениями — например, вальсы Ф.Шопена, Ф.Шуберта, пьесы В.Гаврилина, М.Дунаевского и пр. Следить, чтобы в процессе исполнения произвольно, для удобства в движении, не менялся темп, не появлялись лишние акценты и аккорды и т.д. Стремиться к выразительности исполнения музыки, к тому, чтобы само исполнение стимулировало выразительность и точность движений детей.

При подборе музыки в записи стремиться к расширению круга произведений, включать в работу с детьми шедевры мирового музыкального искусства (произведения П.Чайковского, Ж.Бизе, Э.Грига, М.Мусоргского, В.Моцарта, И.Баха, К.Сен-Санса и пр.), выбирая эти произведения как приоритетные по сравнению с современными эстрадными мелодиями и шлягерами.

Совершенствование умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки.

3. Развитие творческих способностей:

- развитие творческого мышления, воображения и фантазии;
- развитие способности “видеть” и ясно представлять музыкальный образ, способы его пластической интерпретации;
- развитие способности к педагогической импровизации в процессе интеграции музыкального движения с другими видами художественно-творческой деятельности на занятиях;
- воспитание потребности вести постоянный творческий поиск, вносить новое в свою работу из других областей науки и искусства (например, фольклора, классического искусства, изучения наследия музыкантов и педагогов и т.д.); постоянно заниматься в творческих группах, студиях и объединениях;
- развитие художественного вкуса на основе постоянного пополнения впечатлений — в театрах, музеях, в общении с творческими людьми.

4. Совершенствование психолого-педагогических знаний и умений:

- развитие профессиональной рефлексии, т.е. умения адекватно анализировать результаты собственной деятельности, собственного творчества, а также эффективности работы других педагогов;
- совершенствование умения диагностировать музыкальное, психомоторное развитие детей, пользуясь педагогическими методами исследования;
- развитие умения оценивать проявления детей в движениях под музыку, точно определяя параметры и критерии оценки;
- умение предоставлять детям инициативу в творческих проявлениях, наблюдать и замечать в них оригинальность и одаренность, а также и тревожные симптомы;
- умение организовать опытно-экспериментальную работу в образовательном учреждении, анализировать и обобщать ее результаты;
- развитие коммуникативной культуры, умений пропагандировать педагогические и музыковедческие знания среди родителей и других педагогов.

Для педагогов важно владеть музыкально-ритмическим материалом не только как средством эстетического и двигательного развития детей, но и как своеобразным психотренингом. Поскольку движения, мимика — это внешние проявления

внутреннего состояния ребенка, необходимо научиться понимать и адекватно оценивать эти проявления, а также, если нужно, и корректировать их, подбирая специальные двигательные упражнения и музыку (об этом более подробно — в методических рекомендациях). Поэтому педагог, работающий по данной программе, становится со временем практическим психологом, использующим специфические средства музыки и движения для диагностики развития детей, коррекции их поведения и состояния (см. прил. 3).

Умение подбирать музыку и двигательные упражнения соответственно возрастным возможностям детей и поставленным целям — непростая задача. Поэтому мы предлагаем ориентиры, критерии в подборе музыки и движений.

Требования к подбору музыки

Подбирая музыку, необходимо стремиться к тому, чтобы она отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребенка, обогащала его разнообразными музыкальными впечатлениями и при этом вызывала моторную реакцию, была удобной для двигательных упражнений.

С точки зрения доступности музыка для движения должна быть:

- небольшой по объему (от 1,5 минут для младших до 3-4-х минут для старших);
- умеренной по темпу (умеренно быстрая или умеренно медленная) для младших дошкольников и разнообразной (быстрой, медленной, с ускорениями и замедлениями) для старших;
- 2-х или 3-частной (каждая часть музыки — контрастная по звучанию), с четкой, ясной фразировкой для младших дошкольников и разнообразной по форме (вариации, рондо и т.д.) для старших детей;
- музыкальный образ, характер, настроение музыкального произведения должны быть понятны детям (например, музыка изобразительного характера — “дождик”, “ветер качает листики”, “зайчик прыгает” и т.д. — для малышей и более сложная по художественному образу, настроению — в соответствии с музыкой — для старших).

Желательно, чтобы музыкальные произведения были достаточно разнообразными по жанру (плясовые, колыбельные, песни, маршевые мелодии) и по характеру (веселые, задорные, спокойные, грустные, шуточные, торжественные, изящные и т.д.).

Подбирая музыку для ритмических композиций, необходимо стремиться к разнообразию стилей и жанров, поэтому важно включать такие произведения, как:

- **детские песни** современных российских композиторов: Г. Струве, В. Шаинского, Б. Савельева, Гр. Гладкова и др.;
- **народные мелодии**: “Калинка”, “Светит месяц” и др.;
- **эстрадные мелодии** (например, пьесы А. Петрова из кинофильмов, музыкальные произведения в исполнении оркестра Поля Мориа: “Под музыку Вивальди”, “Жаворонок”, Фр. Гойи — “Сиртаки”, “Цыганские напевы” и др.);
- **классические произведения**: “В пещере горного духа” Э. Грига, “Аквариум” К. Сен-Санса, “Менуэт” Л. Боккерини, “Вечерняя серенада” Ф. Шуберта, “Итальянская полька” С. Рахманинова и др.

Разнообразие музыкальных жанров и стилей развивает кругозор детей, воспитывает у них интерес к музыкальному искусству, выявляет индивидуальные пред-

почтения к музыке, формирует художественный вкус. Поэтому так важен строгий отбор музыкальных произведений для занятий ритмикой. Иногда педагоги небрежно относятся к музыкальному сопровождению, подбирая примитивные современные шлягеры или обрывая звучание музыки (если она звучит слишком долго). Это недопустимо, поскольку в детском возрасте закладывается фундамент музыкальной культуры личности и подобные явления портят художественный вкус ребенка.

В нашей программе музыка — это не фон, не просто удобный ритм, а средство приобщения детей к музыкальному искусству, и от того, какие впечатления ребенок получит в детстве, во многом зависит его дальнейшее эстетическое развитие. Кроме того, специальный подбор музыки позволяет интегрировать различные задачи художественного воспитания (на занятиях по изобразительной деятельности, развитию речи, обучению игре на инструменте).

Одна из особенностей программы “Ритмическая мозаика” — это использование фонограммы на занятиях. Целесообразность грамзаписи диктуется, с одной стороны, задачей знакомства детей с разнообразным звучанием музыкальных произведений, исполняемых на различных музыкальных инструментах, а с другой стороны — наиболее частой практикой работы педагогов без аккомпаниаторов и необходимостью осуществлять показ в процессе разучивания движений. На этапе развития способности к пластической импровизации эффективнее использовать непосредственное, “живое” звучание музыки, которое более эмоционально воздействует на слушателя. В программе праздничных утренников мы также рекомендуем использовать преимущественно “живую” музыку и, по-возможности, инструментальный аккомпанемент музыкального руководителя (см. в прил. 5 ноты к танцам для детских праздничных утренников).

Требования к подбору движений

В ритмической пластике движения должны **соответствовать музыке**, а также быть:

- **доступными** двигательным возможностям детей (с точки зрения координации движений, ловкости, точности, пластичности);
- **понятными** по содержанию игрового образа (например, для младших — мир игрушек, окружающей природы, персонажи популярных мультфильмов; для старших — герои волшебных сказок, переживаниями различных состояний и т.д.);
- **разнообразными, нестереотипными**, включающими различные исходные положения: стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках и пр.

Характеризуя доступность ритмической композиции в целом, необходимо проанализировать следующие параметры:

- координационную сложность движений;
- объем движений;
- переключаемость движений;
- интенсивность нагрузки.

Интенсивность нагрузки зависит от **темпа** музыкального произведения и от подбора **движений**. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки. Нагрузочными также являются подскоки, галопы, прыжки, приседания, выполняемые в умеренно быстром темпе. Т.Лисицкая предлагает следующие критерии для подбора упражнений соответственно темпу музыки:

- быстрый бег — 160 акцентов в минуту;
- подскоки, галоп — 120-150 акцентов в минуту;
- маховые движения — 80-90 акцентов в минуту;
- наклоны — 70 акцентов в минуту;
- повороты, наклоны головы, растягивания — 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Педагог должен соотнести все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться и на средние показатели уровня развития детей в группе.

Критерии определения доступности музыкально-ритмических упражнений

Обобщая вышеизложенные требования к подбору музыки и движений, мы определили следующие критерии доступности композиций в соответствии с 1, 2 и 3 уровнями сложности, а именно:

1. Доступность музыкально-игрового **образа** (понятные и близкие детям образы игрушек, домашних животных и т.д. в соответствии с возможностями младшего, среднего и старшего дошкольного возраста, а также представлениями об окружающем младших школьников).

2. Доступность **музыки**:

- по объему (продолжительность звучания до 2,5 минут в композициях 1-го уровня сложности и до 3,5 минут — 3-го уровня сложности);
- по темпу (умеренно быстрый — умеренно медленный для 1-го уровня, быстрый для 2-го и разнообразный — с ускорениями и замедлениями — для 3-го уровня сложности);
- по форме (2-3-частная форма с контрастными по звучанию частями для 1-го уровня, с менее контрастными по звучанию частями для 2-го уровня и сложная по структуре форма — вариации, рондо и т.д. — для 3-го уровня сложности);
- по характеру ритмического рисунка (от воспроизведения ритмической пульсации и сильной доли — для 1-го уровня к воспроизведению несложных ритмических рисунков (ти-ти-та) — для 2-го уровня и к разнообразным пунктирным и синкопированным ритмам — для 3-го уровня сложности).

3. Доступность **движений**:

- по объему (4-5 двигательных элементов для 1-го уровня сложности, 6-8 элементов — для 2-го уровня и многообразие двигательных элементов — для 3-го уровня);
- по интенсивности (нагрузочности) движений:
1-й уровень — небольшая,
2-й уровень — средняя,
3-й уровень — высокая нагрузка;
- по сложности для исполнения с точки зрения координации, ловкости, точности или гибкости, пластичности движений.

Критерии доступности, безусловно, относительны. Они не всегда связаны с технической сложностью, иногда при определении уровня сложности мы опирались на трудность пластического выражения образа (например, композиция “Два Барана” или “Кошка и Девочка”, в которых самым сложным является умение быстро перевоплощаться и изображать характер персонажа).

Контроль за самочувствием детей

Во время занятий ритмикой необходимо руководствоваться общей заповедью “Не навреди!”, поэтому:

1. Постоянно следите за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласуйте с предписаниями врача.
3. Проверяйте вместе с медицинским персоналом по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушивайтесь внимательно к жалобам детей, не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
5. В беседах с воспитателями и родителями выясняйте все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.
6. Следите за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обратите на покрытие пола (с точки зрения предотвращения травм — не скользкий ли пол, не торчат ли гвозди из паркета и т.д.).

Организация общения педагога с детьми

Создание теплой, дружелюбной и непринужденной атмосферы игрового общения ребенка и взрослого — одно из основных условий полноценного развития детей. В этом отношении важна позиция педагога, понимание главного смысла своей деятельности. Необходимо организовать занятия с детьми таким образом, чтобы они проходили без принуждения, муштры, излишней дидактики (указаний, пояснений, замечаний и т.д.). Самое главное — не столько результат деятельности, отточенность движений в пляске, сколько сам процесс движения, доставляющий радость. Действия взрослого направлены на то, чтобы дать возможность ребенку почувствовать уверенность в собственных силах и побудить его к творческому самовыражению под музыку.

И чтобы помочь осмыслить предлагаемую методику, внутренне принять позицию “старшего товарища”, настроиться на совместную творческую деятельность — движение под музыку, мы предлагаем следующие установки и советы:

1. Во время ритмических композиций представьте, что вы — “симфонический оркестр”, внутренне и посредством пластических движений “проигрывайте” музыкальное произведение как можно выразительнее.
2. Обращайте внимание на ту пользу, которую вам приносят систематические занятия ритмической пластикой. Вы постепенно становитесь еще здоровее,

стройнее, красивее. Постепенно проходит “хруст” в коленях и шее, у вас развивается гибкость и пластичность суставов. Какое счастье иметь возможность каждый день двигаться вместе с детьми под музыку!

3. Если вы чувствуете внутреннее сопротивление или в чем-то не согласны с отдельными упражнениями, можете изменить некоторые элементы музыкально-ритмических композиций так, чтобы вам было приятно их выполнять.
4. При разучивании композиций на семинаре под руководством преподавателя не старайтесь сразу запомнить всю последовательность движений. Старайтесь представить, что вы — “музыкальный инструмент в оркестре”, а преподаватель — “дирижер”. Сосредоточьте свое внимание на “проигрывании” музыки своим телом и старайтесь получить от этого максимум удовольствия. Ни о чем не думайте, не напрягайте свою память, ваше тело постепенно само запомнит движения.
5. Стремитесь к постоянному обновлению музыкально-ритмического репертуара, к поиску разнообразных музыкальных произведений. Слушайте музыку, ходите на концерты. Пусть каждый из вас заведет свою “копилку” творческих идей, куда будет “складывать” прекрасную музыку и интересные образные движения.
6. Помните, что дети — ваше “зеркало”. Они очень точно копируют все ваши движения и мимику, поэтому будьте как можно выразительнее.
7. Чаше улыбайтесь!
8. Будьте с детьми искренни и естественны. Если у вас не получается какой-нибудь вид (или элемент) двигательных упражнений, то честно признайтесь в этом детям и покажите данное упражнение на способном ребенке. Признание собственного несовершенства только поднимет ваш авторитет в глазах воспитанников.
9. Старайтесь не сердиться на детей за то, что у них что-то не получается. Ведь и у вас движения далеко не совершенны. Не делайте детям замечания “вслух”, вы тем самым закладываете ребенку “программу невыполнения”, старайтесь наоборот, как можно чаще хвалить детей и внушать им уверенность в собственных силах.
10. Прислушивайтесь к своим мыслям и чувствам, пытайтесь понимать свое тело, доверять его ощущениям. Будьте его союзником и другом, а не строгим надзирателем. Двигайтесь с радостью и удовольствием.
11. Музыка и движение заставляют задуматься о смысле своей деятельности. Стремитесь к философскому отношению к жизни и работе. Почаще обращайтесь к таким специалистам, как А.Лоуэн, М.Фильденкрайз, В.Н.Никитин и др., а они нам советуют:



“...первым делом необходимо развить в себе понимание собственного тела и умение им пользоваться. Самый мощный инструмент, который поможет нам в этом, — наше воображение”.

Клер Вест

“Чтобы быть целостной личностью, нужно идентифицироваться со своим телом и со своим словом.... Чтобы достичь этой интеграции, мы должны начинать с существования тела. Вы — это ваше тело. Но все не должно заканчиваться на этом. Вы — это ваше слово. А слово должно исходить из сердца”.

А.Лоуэн

“Каждый человек — строитель храма, называемого его телом”.

Г. Торо

“Чем слабее тело, тем больше оно властвует, чем оно сильнее, тем больше повинуется”.

Ж.Ж. Руссо

“Упражнение дает больше, чем хорошее природное дарование”.

“Нет ни искусства без упражнения, ни упражнения без искусства”.

Протагор

“Тот, кто обращаясь к старому, способен открывать новое, достоин быть учителем”.

Конфуций

“Лишь тот обогащает человечество, кто помогает ему познать себя, кто углубляет его творческое сознание”.

С. Цвейг

И еще несколько мудрых советов *Ричарда Баха*:

1. “Если дается желание,
то дается и сила,
чтобы его осуществить.
Но ради этого,
может быть,
придется потрудиться”.
2. “Любая проблема
таит дар для тебя.
Ты ищешь проблемы,
поскольку нуждаешься в их дарах”.
3. “Узнавать —
это открывать то,
что ты уже знаешь.
Делать —
это демонстрировать
свое знание.
Учить —
это напоминать другим
о том, что они уже знают
не хуже тебя.
Все вы ученики,
деятели,
учителя”.

И, наконец:

“Да пропади пропадом день, когда мы не танцевали хоть раз!”

Фридрих Ницше

Методические рекомендации к реализации программы “Ритмическая мозаика”

Методика организации педагогического процесса

В процессе реализации поставленных задач педагог сталкивается с проблемой выбора методов и форм развития ребенка, обеспечения максимально комфортных условий для занятий с детьми и, в то же время, поиска наиболее эффективных способов достижения результатов. Как научить детей тонко воспринимать музыку, выполнять разнообразные двигательные упражнения, свободно импровизировать, выражая в пластике музыкальный образ? На наш взгляд, для реализации этих задач необходимы следующие условия:

1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.
2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.
3. Выбор оптимальной системы занятий.
4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

Рассмотрим каждое условие более подробно. Говоря об использовании интенсивных методов, мы имеем в виду увеличение времени занятий движениями, то есть активизацию двигательной активности детей под музыку в процессе всего времени пребывания в детском саду (на зарядке, занятиях, между занятиями, на прогулке и т.д.), и кроме того, увеличение объема разнообразных движений в упражнениях. Другими словами, чтобы научиться двигаться, надо прежде всего много двигаться. Но если этот процесс не сделать радостным, привлекательным для детей, то, скорее всего, он превратится в муштру (что нередко встречается в практике некоторых педагогов и хореографов). Кроме того, важно подбирать такие ритмические композиции, которые позволяли бы решать одновременно много разных задач. Например, яркая, художественная музыка, под которую двигаются дети, развивает вкус, музыкальные способности, воспитывает эстетические потребности; быстрая смена разнообразных двигательных упражнений тренирует внимание, подвижность нервных процессов, координацию движений. Музыкальный образ и характер исполнения движений развивают фантазию и творческое воображение. Композиционные перестроения развивают умение ориентироваться в пространстве. Включение в упражнение задания на импровизацию стимулирует творческие способности детей. Таким образом, в процессе исполнения одной композиции (например, на музыку “Светит месяц” или “Калинка”) в течение 2-3 минут у детей развиваются разнообразные умения и способности, а также формируются важнейшие качества личности.

Но для успешной реализации такого комплекса разнообразных задач необходимо обеспечивать **психологический комфорт**, чувство защищенности каждому ребенку, чтобы у него не было боязни сделать что-нибудь не так, проявить свое неуме-

ние и т.д. Поэтому педагог старается не делать детям замечаний вслух, а наоборот, подбадривает их. Важно также подбирать такой материал, который был бы доступен для исполнения, соответствовал возрастным и индивидуальным особенностям детей. Известно, что детям (и взрослым) нравится исполнять то, что получается, а если материал слишком сложный, то он, как правило, отвергается.

Педагог стремится сделать привлекательным процесс занятий путем подбора яркой музыки, оригинальных двигательных упражнений, вызывающих у детей эмоциональный отклик, варьированием игровых ситуаций, сюрпризных моментов.

Следующее условие — выбор оптимальной системы занятий, что связано с использованием в работе с детьми **двух уровней** работы с музыкально-ритмическим материалом. Первый уровень условно можно назвать **тренинговым**, он предполагает освоение ряда музыкально-ритмических композиций в процессе игрового сотрудничества педагога и детей без специального разучивания. Этот материал, в основном, исполняется по показу взрослого и включается в утреннюю зарядку, различные занятия и паузы между ними. В программы детских утренников тренинговые композиции, как правило, не включаются, так как они достаточно сложны и не ставится задача добиться от всех точного и правильного исполнения движений. Главное — это дать детям возможность приобрести собственный целостный чувственный опыт движения под музыку, обогатить их запасом разнообразных двигательных упражнений, облегчить и ускорить процесс формирования музыкально-ритмических навыков и умений. Естественно, что дети выполняют тренинговые композиции так, как они могут — все по-разному. Педагог в процессе наблюдений определяет уровень индивидуального развития своих воспитанников и на этом основании подбирает **специальный**, индивидуально-ориентированный материал (танцы, упражнения, игры) с тем, чтобы раскрыть способности каждого ребенка, высветить наилучшим образом его умения и скрыть недостатки. Этот специально подобранный (или придуманный вместе с ребенком) репертуар разучивается с подгруппами или индивидуально. При этом ставится задача подведения детей к выразительному, самостоятельному исполнению композиции (с последующим выступлением ребенка не только на занятиях, но и на утренниках).

И последнее условие — согласованность действий всего педагогического коллектива, использование единого репертуара по ритмике в разных формах работы, а также единство в подходах и требованиях разных специалистов. Один педагог как бы подхватывает и углубляет, дополняет на своих занятиях один и тот же музыкально-ритмический материал, интегрируя его с заданиями другого содержания (например, по развитию речи, формированию математических представлений, ознакомлению с окружающей природой и т.д.).

Такая система работы способствует достижению следующих результатов:

- дети легко и свободно используют в импровизации разнообразные движения, тонко передавая музыкальный образ;
- процесс разучивания нового репертуара занимает немного времени — 2-3 занятия;
- дети владеют определенным репертуаром, готовым для показа на выступлении;

Еще одним преимуществом использования такой системы работы является то, что педагог ощущает некоторое облегчение в своей профессиональной деятельности, так как значительно меньше усилий тратит на разучивание репертуара.

“Педагогика должна быть экономной” — вот девиз предлагаемого подхода. Поэтому важно пересмотреть содержание работы, убрать все лишнее и объединить усилия всех специалистов, а детям предоставить больше времени для самостоятельных игр, творческой деятельности и прогулок.

Однако такой результат достигается не сразу, так как требует определенного времени, постепенного усложнения заданий и варьирования форм и методов работы с детьми.

Рассмотрим более детально эту систему работы, в которой мы условно выделяем три этапа.

На **1-м этапе** (начало использования в работе с детьми музыкально-ритмических композиций) мы опираемся на способность детей **к подражанию**, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает использовать их в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

2-й этап обучения (после того, как дети уже приобрели некоторый опыт в исполнении по показу и запомнили несколько композиций) способствует развитию у детей умений **самостоятельно** исполнять выученные ранее упражнения, композиции в целом и отдельные движения.

3-й этап работы — подведение детей к **творческой интерпретации** музыкального произведения, развитие способности к **самовыражению** в движении под музыку, формирование умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна в данной программе, так как именно в развитии творчества, способности к импровизации концентрируется основная идея — владение собственным телом, тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода.

К каждому этапу мы подходим последовательно, но, в то же время, они могут сочетаться (но на разном репертуаре).

Рассмотрим более подробно методику организации педагогического процесса на каждом этапе.

В основе 1-го этапа обучения — **подражание** детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности. “Вовлекающий показ” (выражение С.Д.Рудневой) помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения. Совместное исполнение движений способствует созданию общего проподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание. На таких групповых занятиях ритмикой на занимающихся оказывается как бы гипнотическое воздействие, сила которого зависит от музыки и от того, насколько выразителен, артистичен показ педагога.

Показ должен быть “опережающим”, то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели “перевести” зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки. Если такого опережения в показе не происходит, то движения детей (отражающие показ педагога) все время чуть-чуть запаздывают по отношению к музыке, что затрудняет формирование музыкально-ритмических навыков.

Есть еще одна особенность такого показа — он должен быть в “зеркальном” отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически. В процессе подражания у детей легче формируются разнообразные двигательные навыки и умения. Благодаря “вовлекающему показу” дети справляются с такими упражнениями, которые они не могли бы выполнить самостоятельно или при фрагментарном показе со словесными объяснениями. Однако степень сложности двигательных упражнений, которые дети могут выполнить в процессе подражания, не безгранична. Чтобы ее определить, педагог должен определить “ближайшую зону” развития ребенка (по Л.С.Выготскому), что позволяет предвидеть последующую ступеньку в его развитии. В процессе совместного исполнения важно дать детям почувствовать свои возможности и закрепить их в сознании. При последующих повторениях движения уточняются, запоминаются и автоматизируются. Конечно, у детей это происходит по-разному — у кого-то быстрее и легче, а у кого-то медленнее, с каким-то своеобразием. Важно, чтобы педагог не делал никаких замечаний (на этом этапе работы), не фиксировал внимание детей на том, что у них что-то не получается, и тогда постепенно сложные элементы упражнений, повторяющиеся в различных композициях, будут освоены.

Следующий, 2-й этап занятий — это развитие **самостоятельности** детей в исполнении композиций и других упражнений. Происходит это постепенно, как бы незаметно для занимающихся. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу у детей не тренируется привольное внимание, память, воля. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать некоторыми жестами). На этом этапе используются следующие приемы:

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога — по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- словесные указания;
- “провокации”, то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.

Не все композиции следует выучивать с детьми до уровня самостоятельного исполнения по памяти. Наша задача — накопить двигательный опыт, сформировать навыки и умения, а для этого нужно много двигаться (чтобы добиться автоматизма, то есть навыка), и этот этап работы мы рассматриваем как интенсивный тренинг. Однако некоторые композиции, удобные для включения в развлечения, утренники, игры-драматизации (эффектные, “зрелищные”) можно выучить с детьми с целью последующего выступления (к ним, например, относятся: “Волшебный цветок”, “Белочка”, “Упражнение с обручами” и др.). В этом случае ведется более тщательная работа над качеством исполнения, так как у детей важно воспитывать чувство красоты, культуры движения, стремление все делать с полной отдачей сил. Таким образом, параллельно присутствуют два уровня в работе над композициями: “тренинг”, исполнение по показу (без тщательной отработки движений) и подведение детей к самостоятельности, выразительности исполнения движений (на отдельных композициях, доступных индивидуальным возможностям детей) с целью воспитания и развития личности ребенка.

Самостоятельное исполнение упражнений говорит о сформированности двигательных навыков, является показателем результата обучения и показывает уровень развития важнейших психических процессов — воли, произвольного внимания, музыкальной и двигательной памяти.

Далее, на основе развития пластических возможностей детей, расширения их двигательного опыта мы переходим к **3-му этапу — творческому самовыражению** в движении под музыку. Происходит это тоже постепенно. Так, в некоторых композициях сразу заложена “вопросно-ответная” форма исполнения, где предполагается импровизация на определенный музыкальный фрагмент — проигрыш, припев и т.д. Например, в композиции “Танцуйте сидя” дети на проигрыш сами придумывают общеразвивающие упражнения, на проигрыш в композиции “Три поросенка” — пляску Поросят и т.д. Такие небольшие включения, с одной стороны, тренируют переключаемость внимания и развитие произвольности движений, а с другой — готовят к импровизации на целостные музыкальные произведения.

Затем переходим к несложным творческим заданиям, к которым относится инсценирование песен. Например, в песне “Два барана” (муз. М.Козлова) дети по тексту исполняют движения по ролям (в образе двух Баранов — Белого и Черного), а в инсценировании песни “Распята” дети изображают диалог Девочки и Кошки. Для подобных заданий подбираются песни с ярким, динамичным сюжетом, побуждающим к движению (“Кошки-Мышки”, “Все мы делим пополам” В.Шаинского и др.). Процесс импровизации, обыгрывания песен более длительный, чем просто разучивание. Так, в начале детям предполагается прослушивание песни, проговаривание текста, затем — игровые “пробы”, в которых дети пытаются выразить в движениях содержание песни. Роль педагога — наблюдать за проявлениями детей, поддерживать их, но ни в коем случае не перехватывать их инициативу, а помогать в подборе образных движений и оформлении целостной композиции.

Старшим дошкольникам и младшим школьникам могут предлагаться и более сложные задания — например, пластические импровизации на классическую музыку (см. в прил. сценарий сюиты на музыку М.Мусоргского “Картинки с выставки”) или сочинение сказок, “балетов” и т.д. (см. в прил. 4, включенные в постановку сказки и танцы, которые придумали сами дети).

На этом этапе работы можно использовать следующие методические приемы:

- слушание музыки и беседы о ней; рисование, словесные описания музыкальных образов*;
- подбор стихов, сказок и других произведений, помогающих интерпретировать музыкальный образ.
- пластические импровизации детей, “пробы” — без показа педагога;
- показ вариантов движений педагогом, а детям предлагается выбрать наиболее удачный.

Взрослые только иногда включаются в движение, чтобы стимулировать активность детей. Как правило, такая необходимость возникает в связи с оформлением движений, придуманных детьми, в единую композицию, так как это еще сложно для дошкольников и младших школьников (да и для взрослых это не просто!).

*См. Буренина А. И. Мир увлекательных занятий. — СПб., 1999.

Наиболее удобным способом развития танцевального и игрового творчества детей, на наш взгляд, является инсценирование популярных сказок, таких как “Муха Цокотуха” К.Чуковского, “Кошкин дом”, “Двенадцать месяцев” С.Маршака и др.*

Итак, резюмируя сказанное, подчеркнем, что импровизация как у детей, так и у взрослых возможна только на базе развития музыкального слуха, творческого воображения, а также на основе свободного владения своим телом, то есть тогда, когда движения автоматизированы и не отвлекают внимания на технику их исполнения. Так же считал и Жак Далькроз: “Когда все, что касается ритма и техники, перейдет в категорию автоматического, — все внимание освободится для передачи облеченного в ритм и звуки *чувства*”**. Поэтому, если мы хотим достичь действительно художественной, а не примитивной интерпретации музыкальных произведений в пластике, необходима большая и скрупулезная работа над двигательными навыками. Но сам процесс этой технической работы также должен быть **привлекательным, игровым и творческим**. И тогда дети будут развиваться, обучаться движениям легко и непринужденно, незаметно для себя осваивая разнообразные и сложные двигательные комбинации. А это в свою очередь будет стимулировать их общее развитие.

Развитие детей в процессе освоения разнообразных видов движений

Идя от простого к сложному, в **начале** работы с младшими дошкольниками уделяется внимание освоению **образно-игровых** движений. На этих же упражнениях начинается развитие элементарных двигательных качеств: пластичности, ловкости, умений исполнять махи, пружинные, плавные движения, а также основных видов движений (бег, прыжки, ходьба и пр.). Например, такие игровые упражнения, как “Зайчик”, “Белочка”, “Мячик”, тренируют умение легко прыгать на двух ногах; “Лисичка” — это “мягкая”, пружинящая ходьба, “Мячик покатился” — бег; “Мишка” — ходьба, переваливаясь с ноги на ногу, ходьба на четвереньках; лежа на спине, обхватив руками ноги, согнутые в коленях — кататься с боку на бок; “Собачка” — ходьба на четвереньках, бег; “Кошечка” — стоя на четвереньках, выгибать и прогибать спину (развитие гибкости), “умывается”, ходит на полупальцах и т.д.

Эти движения могут предлагаться без музыки, в игре или при обыгрывании стихотворений, а также в композициях (“Плюшевый медвежонок”, “Белочка”, “Мячик” и др. из репертуара “Ритмической мозаики”).

Образно-игровые упражнения развивают не только пластичность, выразительность движений, но и тренируют ловкость и точность, координацию, и, что очень важно, развивают **воображение детей, их эмоции**, умение “оживлять” игровой персонаж, животное, игрушку и т.д. Для младших дошкольников на основе игровых упражнений вводятся и все остальные движения: общеразвивающие, основные, плясовые.

Постепенно исполнение различных видов двигательных упражнений приобретает более дифференцированный характер. Музыкально-ритмические композиции

* Методику работы над спектаклям см. в книге А.И.Бурениной “От игры до спектакля” (СПб., 1995).

** Э.Жак Далькроз. Ритм; его воспитательное значение для жизни и для искусства // Театр и искусство. — 1922.

для старших детей также различаются по своей функциональной направленности и содержат разные типы двигательных упражнений. Развитие **основных и общеразвивающих** видов движений, тренирующих разнообразные двигательные качества и умения, требует систематической работы, поэтому композиции, построенные на таких упражнениях, следует включать и в утреннюю зарядку, и в музыкальные и физкультурные занятия, и в бодрящую гимнастику после дневного сна. В предлагаемом репертуаре наиболее сложные виды движений многократно повторяются, но это не выглядит однообразным, так как повторение происходит в разных произведениях, а значит и в разных ситуациях, разным темпе и ритме. Такое многократное повторение позволяет детям “схватить” движение по показу, освоить его и автоматизировать. В процессе наблюдения на групповых занятиях педагог определяет тех детей, которым необходима индивидуальная помощь, и проводит с ними дополнительные занятия. (Иногда не следует торопиться с форсированием усвоения отдельных движений. Мы рекомендуем педагогу поискать удобный для детей темп и ритм музыки или подождать месяц — другой, так как случается, что ребенок и самостоятельно “схватывает” движение просто по показу педагога).

С самых первых занятий ритмикой важно приучать детей **слушать музыку, начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом звучания аккомпанемента**. Тем самым мы тренируем **слуховое внимание, волю ребенка, произвольность движений**. Используются различные методические приемы — это и словесные указания, привлечение внимания к звучанию музыки, характеру вступления и заключения, зрительные сигналы и т.д.).

Важно обращать внимание детей на характер исполнения, “вхождение в образ”, на необходимость после окончания звучания какое-то мгновение выдержать паузу, ощутить пережитое в музыке. Это относится ко всем композициям — и к простейшим, типа “Белочка” или “Чебурашка”, и к более сложным, с философским звучанием — например, “Цыганские напевы”, “Красный сарафан” и др.

Танцевальные движения осваиваются как в процессе исполнения тренировочных композиций, включающих элементы парных, народных плясок (композиции “Кремена”, “Полкис”, “Светит месяц”, “Калинка” и др.), так и в специально подобранных танцах, которые разучиваются на индивидуальных и подгрупповых занятиях.

Еще одна, не “музыкальная”, но очень важная задача решается в процессе обучения движению — это **воспитание вежливости, элементарной культуры поведения**. Педагог показывает и объясняет, как мальчик должен пригласить девочку на танец (поклониться, протянуть ей правую руку), и, соответственно, как девочка принимает приглашение; как затем после танца мальчик отводит девочку на место и благодарит ее за совместный танец. Основные методические приемы — это объяснение педагога, показ примера, поощрение детей, подчеркивание в них чувства собственного достоинства, чтение литературы и, главное, многократное закрепление этих правил на занятиях, в играх таким образом, чтобы это вошло в привычку и стало нормой поведения.

Как правило, эти элементарные правила этикета малыши воспринимают естественно, им нравится их выполнять, и поэтому они легко усваиваются.

В процессе освоения двигательных упражнений дети постепенно начинают **ориентироваться в пространстве зала**. При этом важно в начале дать детям возможность найти место для себя, встать свободно там, где хочется, и чтобы другим было удобно. На первых порах детям нужно помочь, лучше всего словом. Это может быть

прямое указание (кому где удобнее встать, чтобы не мешать остальным) или образное сравнение (“рассыпались горошком”).

Научить детей самостоятельно ориентироваться в пространстве зала, свободно располагаться и становиться в рассыпную — сложная задача, и для этого понадобится много времени (может, не один год) и терпения.

Построение парами, друг за другом, по кругу также лучше всего проводить в процессе разучивания игр, плясок, хороводов, где эти построения логичны и естественны, а внимание детей сконцентрировано и регулируется музыкой.

Для того, чтобы детям легче было перестроиться в процессе движения, можно использовать и зрительные ориентиры: узор ковра, мебель в зале, расположение окон, стен и пр. При этом важно правильно обозначать направление движения — “направо”, “налево”, “вперед”, “назад”, то есть связать “мышечное чувство” направления движения со словом (задействовать 1-ю и 2-ю сигнальные системы — основу формирования навыка, по И.П.Павлову). Можно использовать также метод моделирования — выкладывать на фланелеграфе или на столе различные танцевальные фигуры и последовательность перестроений (этот прием больше используется со старшими детьми).

Таким образом, формирование умения ориентироваться “на себе” (правая-левая рука, нога), “от себя” (направо, налево, вперед, назад) закладывается в младшем дошкольном возрасте и продолжается в последующие годы.

Разучивание музыкально-ритмических композиций на занятиях

Процесс разучивания музыкально-ритмических композиций основан на сотрудничестве детей и взрослого, поэтому, на наш взгляд, наиболее оптимальной формой обучения является игровое общение с детьми, где вся дидактика скрыта, незаметна для самого ребенка. При этом и сам педагог стремится получить удовлетворение от музыки, движений, от общения с детьми. Такой самонастрой взрослого способствует эмоциональному “заражению”, установлению теплой, дружественной атмосферы на занятиях, снятию психологических комплексов, чувства неуверенности.

В процессе освоения нового материала наиболее актуальными являются следующие задачи:

- а) заинтересовывание новой композицией;
- б) максимальная концентрация внимания детей;
- в) активизация детей с учетом индивидуальных особенностей.

Из многообразия существующих способов вызвать у детей интерес к новому материалу педагог выбирает наиболее оптимальные, соответствующие личности самого педагога, а также возрастным и индивидуальным особенностям своих воспитанников. Это могут быть загадки, сюрпризы, обращение к любимым персонажам и героям мультфильмов и т.д.

Приведем примеры такого разучивания. Допустим, педагог начинает работу над освоением музыкально-ритмической композиции “Три поросенка”. Детям предлагается загадка, например:

Нужен дом для трех друзей,
Чтобы было им теплей.
Быстро принялись за дело,
Строим дружно и умело.
Раз-два-три — и все готово,
Приходите в дом наш новый!

Далее воспитатель спрашивает детей, кто их приглашает к себе на новоселье, и затем предлагает вместе с Поросятами исполнить веселую пляску.

Активизация внимания достигается за счет выполнения движений по показу. В процессе подражания дети внимательно следят за движениями педагога, их внимание полностью поглощено отражением действий взрослого. Темп и ритм движений, их последовательность а также характер исполнения подчинены показу и звучанию музыки. В этот момент у детей тренируется скорость переключения движений, формируются умения и навыки, развивается слуховое восприятие, все виды памяти (двигательная, зрительная, слуховая). Полисенсорная основа (вижу, слышу, чувствую) способствует более эффективному и прочному усвоению материала и гармоничному развитию ребенка.

Однако во многих композициях (как и в приведенном примере — пляске Поросят) сочетается исполнение фиксированных движений (по показу) и свободное, самостоятельное выполнение движений (на проигрыш песни “Ни кола и ни двора” — импровизация движений, где каждый ребенок сам придумывает и показывает, как танцует Поросенок). Переход от подражанию к самостоятельности требует включения самоконтроля, волевых усилий, быстроты реакции, психологической раскрепощенности. На первых занятиях не все дети могут сразу импровизировать, некоторым нужно время, чтобы привыкнуть к музыке, обдумать движения. Педагог подбадривает детей, старается стимулировать творческую активность, подбирает образные сравнения, характеризующие игровой образ, внушает уверенность в собственных силах.

В процессе наблюдения воспитатель определяет те виды упражнений, которые вызывают у детей затруднения. Их можно сразу же показать в медленном темпе под счет, используя приемы словесного объяснения в сочетании с музыкой. А затем снова детям предлагается исполнить всю композицию от начала до конца. Если некоторые сложные движения совсем не получаются у детей, то можно их заменить на более простые.

Педагогу следует акцентировать внимание не столько на ошибках исполнения, сколько на характере движений, отражающих музыкально-игровой образ и ориентироваться на поиск приемов, облегчающих детям освоение упражнений. Чтобы добиться успеха, необходимо вначале уделить внимание формированию у ребенка установки на исполнение композиции. Важно “зацепить” интересы детей, их жизненный и игровой опыт, как бы перекинуть “мостик” от музыки и содержания композиции к интересу ребенка, его индивидуальности и вызвать желание “войти в образ”, показать его в пластике. Разнообразные музыкально-ритмические композиции требуют разных установок, опоры на различные образы. Так, например, композиция “Танцкласс” преподносится детям как игра в будущих артистов балета, а настрой на исполнение композиции “Голубая вода” требует игры воображения, представления образов природы, ощущения дыхания ветра, плеска голубой воды. И совсем иная установка на исполнение композиции “Песенка о ремонте” — это обыгрывание ситуации “весело, дружно и энергично делаем ремонт” и т.д.

Как показывает практика, освоение детьми композиций происходит в течение примерно 2—3 недель. При этом мы не ставим задачу абсолютно точного и синхронного исполнения движений. Дети двигаются кто как может, главное, чтобы с удовольствием. По мере повторения композиции в разных ситуациях (на зарядке, на занятиях, между занятиями и т.д.) постепенно осваиваются отдельные элементы различных видов движений, опираясь на которые педагог ставит танцы индивидуально или с подгруппой детей, но в этом случае акцентируется внимание на качестве, выразительности движений.

Использование музыкально-ритмических композиций в различных формах организации педагогического процесса

Как мы уже отмечали, данная программа ориентирует педагога на сотрудничество с ребенком, на интеграцию различных видов художественной деятельности в педагогическом процессе*. Поэтому предлагаемый репертуар — ритмические композиции — используется не только на музыкальных и физкультурных занятиях, но и на утренней зарядке, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх, на прогулке и т.д. Таким образом, репертуар “Ритмической мозаики” позволяет каждому педагогу определять место его использования и в соответствии с этим “конструировать” из отдельных композиций необходимую форму занятий с детьми (как бы составлять “узор ритмической мозаики”). Такой подход дает возможность использовать данный материал не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов — внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии, а также как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д. — в самых разнообразных формах организации педагогического процесса в детском саду, в школе на уроках и во внеурочной деятельности. Опытный педагог средствами ритмопластики за считанные минуты может снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание. Следовательно, музыкально-ритмические упражнения являются эффективной психогимнастикой, средством коррекции состояния детей и их поведения. Например, на занятиях с высокой умственной активностью и малой подвижностью следует использовать игровые, танцевальные композиции в качестве физкультминуток (“Кот Леопольд”, “Кукляндия”, “Танцуйте сидя” и др.). На занятиях природоведческого содержания — творческие задания на выразительность пластического образа на тему природы — “Упражнение с осенними листьями”, “Дети и природа” и т.д.).

Снять психическое напряжение, расправить плечи, выпрямить спину, успокоить дыхание помогают такие композиции, как “Цыганские напевы”, “Красный сафран”, “Мельница”. Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки, таких, как “Кремена”, “Полкис”, “Калинка”, позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.

* Эти идеи раскрыты в программе интеллектуального, художественно-творческого развития ребенка “Гармония” Д.И.Воробьевой.

На основе репертуара из “Ритмической мозаики” можно проводить утреннюю зарядку или бодрящую гимнастику. Пользуясь предложенной фонограммой*, можно достаточно точно рассчитать время занятия движениями, их интенсивность, а значит и нагрузку. Приведем несколько примеров.

Так, в **бодрящей гимнастике** физическая нагрузка не должна быть большой, так как ее назначение — привести детей в бодрое состояние, поэтому лучше подбирать упражнения игрового характера, с творческими заданиями и спокойные по темпу. С этой целью рекомендуются такие композиции, как “Птички и Ворона”, “Кошка и Девочка”, “Пастушка”, “Упражнение с цветами”, “Разноцветная игра” и др. Наиболее оптимально использовать их в сочетании с закаливающими процедурами.

На **утренней зарядке** необходимо давать детям определенную нагрузку. С учетом этого рекомендуется подбирать композиции с интенсивными по физической нагрузке (соответственно возрастным и индивидуальным особенностям детей) движениями. Желательно, чтобы дети уже были знакомы с упражнениями, иначе их развивающий эффект снижается.

Комплекс утренней гимнастики для детей 4-5 лет

1. “Едем к бабушке в деревню” — образно-игровая композиция, включающая ходьбу, пружинные, имитационные движения.
2. “Белочка” — игровая композиция (имитационные движения, махи, “пружинки”).
3. “Разноцветная игра” — игровая композиция с перестроениями (парами — в свободном положении, в общем кругу), включающая ходьбу, имитационные движения, “пружинки”.

Комплекс утренней гимнастики для детей 7 лет

1. Композиция “Птичий двор” — упражнения на различные виды ходьбы и импровизация игровых движений — 3,5 мин.
2. “Цирковые лошадки” — композиция на общеразвивающие движения спортивного характера, быстрая по темпу и интенсивная по подбору движений — 3,3 мин.
3. “Голубая вода” — композиция, включающая плавные, маховые, пружинные движения с различной амплитудой, а также элементы художественной гимнастики — 3 мин.
4. “Кремена” — танцевальная композиция веселого, бодрого характера — 2,5 мин.

На **физкультурных занятиях** ритмические композиции могут использоваться фрагментарно или в комплексе (как на утренней гимнастике), а также как игры.

Комплекс общеразвивающих упражнений составляется на основе ритмических композиций аналогично комплексу для утренней зарядки, только на занятии могут быть даны новые упражнения с целью их разучивания и освоения.

В конце занятия детям предлагаются творческие задания (придумать движения к песне “Дело было в январе”), шуточные композиции (“Два Барана”, “Кошка и Девочка”), игры (“Игра с мячом”, “Козочки и Волк”), пляски (“Кремена”, “Полкис”, “Парная пляска” на финскую польку и др.).

* К программе прилагается набор аудиокассет (“Ритмическая пластика” — 1, 2, 3-я части — 3 кассеты).

На музыкальных занятиях педагог предлагает детям композиции в самых разных вариантах: как вводную часть занятия (“Поросята”, “Озорники”, “Упражнение с листьями”) либо заключительную (игра “Найди себе пару”), в процессе слушания музыки и определения ее жанра и т.д. Главное — активизация внимания детей, пробуждение и поддержание у них интереса к музыке, к творчеству, развитие творческого воображения. Так, например, композиция “Волшебный цветок” (муз. Ю.Чичкова) включается в занятие и в процессе слушания песни как пластическая импровизация на эту тему. Дети пытаются представить, как выглядит “волшебный” цветок, как колышатся на ветру его стебелки и листья, и показывают это в движении, рисовании или аппликации.

Интересно можно включить в занятия ритмические композиции на классическую музыку — “Менуэт” Л. Боккерини, “Танец Троллей” Э. Грига, “Аквариум” К. Сен-Санса, “Танец цветов и бабочек” на музыку Ф. Шуберта и др. Естественно, что необходимы прослушивание музыки и беседы о ней, рассматривание иллюстраций, рисование на эту тему, а также пластические этюды — импровизации детей и педагога под музыку. Постепенно создается целая картина, которую можно исполнить в соответствующих костюмах и с декорациями (“Аквариум” — водоросли, раковины; “королевский дворец” — колонны, зеркала, канделябры, “Танец Троллей” — сказочный лес, таинственная пещера и т.д.). При создании фантастических образов дети активно включаются в диалог с педагогом, предлагают свои варианты оформления картины (рисуют эскизы костюмов или декораций), придумывают свой сюжет (методику организации творческих занятий см. в пособии “От игры до спектакля”).

Такие композиции могут исполняться на праздничных утренниках, в играх — драматизациях, семейных праздниках, в повседневной работе с детьми.

Естественно, что на вечерах развлечения и праздничных утренниках дети самостоятельно исполняют наиболее яркие, понравившиеся им композиции (которые они выучили с педагогом). С целью более эффектного, эмоционального и выразительного исполнения детям предлагается атрибутика, элементы костюмов. Поскольку большинство композиций имеют яркий художественный образ, нетрудно вместе с детьми придумать, какие атрибуты необходимо изготовить, как они должны выглядеть (шапочки зверей, ленты — как стебли водорослей и т.д.).

Мы рекомендуем также включать ритмические композиции в занятия и вечера досуга, которые имеют общую игровую тему (“Путешествия”, “Дни рождения” и др.), и тогда двигательные композиции под музыку сочетаются с аттракционами, загадками, математическими играми и другими видами занимательных заданий. Например, если вы проводите с детьми веселое развлечение на “экзотическом острове”, то после композиции “Чунга-чанга” логично провести аттракцион “Кто больше соберет бананов”: допрыгнуть и сорвать с “ветки”, сосчитать их (у кого больше?), отгадать загадки и пригласить “отгадки” — других веселых обитателей этого острова (например, Львенка и Черепаху), исполнить вместе с ними общую веселую песню или танец.

Для удобства в планировании мы предлагаем проанализировать репертуар “Ритмической мозаики” по темам и по возможностям включения в различные формы организации педагогического процесса.

Можно воспользоваться схемой тематической характеристики репертуара, которую в дальнейшем каждый педагог дополняет по своему усмотрению (см. прил. 2).

Послесловие

Итак, мы коротко изложили основы содержания и методики обучения детей по программе “Ритмическая мозаика”. Однако следует уточнить, что описанные методы и приемы работы являются, в основном, общепедагогическими, учитывающими возрастные особенности детей 3-9 лет, цели и задачи их воспитания, а также условия организации жизни детей в образовательных учреждениях. Но каждый педагог — творческая, уникальная личность со своими “сильными” и “слабыми” профессиональными качествами. Каждый педагог использует один и тот же прием по-своему. И наиболее эффективной методикой будет не столько то, что рекомендовано, а то, что внутренне принято самим педагогом, глубоко осмыслено и проанализировано, опробовано на практике в работе с детьми. И мы надеемся, что наши советы и рекомендации также будут апробированы, пропущены “через себя”, свой собственный опыт и дополнятся уточнениями, собственными разработками и импровизациями.

Творческих успехов!



1. Музыкально-ритмические композиции первого уровня сложности

1. Веселые путешественники

Музыка М. Старокадомского

Задачи: развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом.

Рекомендуется использовать как вводную часть музыкального или физкультурного занятия. Можно предложить исполнить на семейном празднике как обыгрывание темы “Песни наших мам и бабушек”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — (исходное положение). Дети стоят друг за другом.

1 фигура

1 куплет

Ходьба друг за другом бодрым шагом.

Прпев:

И.П. — стоя лицом в круг.

На слова “Тра-та-та” — три хлопка справа у головы.

Повторение — три хлопка слева.

На слова “Мы берем с собой кота” — на 4-х прыжках руки вниз.

На слова “чижика” — наклон вперед, руки назад “хвостиком”,

“собаку” — слегка присесть, руки перед собой, согнутые в локтях, кисти опущены,

“Петьку-забияку” — шаг на месте, одновременно маховые движения руками, согнутыми в локтях,

“обезьяну” — наклон вправо, руки согнуты в локтях, ладони вперед,

“попугая” — наклон в том же положении влево,

“вот” — руки вперед,

“компания какая” — руки опустить.

Повторение последней фразы — движения те же, в конце — шаг на месте.

2 фигура

2 куплет

Занев: ходьба топаящим шагом, вращение согнутыми в локтях руками (“паровозик”).

На повторение музыки изменить направление движения, руки “держат руль” — имитация езды на автомобиле.

Припев — движения те же.

3 фигура

3 куплет

Занев: поскоки по кругу друг за другом (для детей 3–3,5 лет вместо поскоков — ходьба).

Начиная со слов “Нам солнышко светило” дети 4,5–5 лет одновременно с поскоками выполняют маховые скрещивающиеся движения руками над головой (“ветерок”). Эти движения можно выполнять врассыпную и к припеву остановиться лицом к зрителям (педагогу).

Припев: движения те же.

На последний аккорд — прыжок на месте, руки вверх.

2. Рыбачок

Музыка М. Старокадомского, песня “Любитель-рыболов”

Задачи: развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений на физкультурном занятии, в комплекс бодрящей гимнастики после дневного сна, а также использовать в корригирующей гимнастике на укрепление мышц спины, голеностопного сустава. Можно предложить исполнить на семейном празднике как обыгрывание темы “Песни наших мам и бабушек”.

Я сажу на берегу,
Громко песенку пою.
Рыбка песню слушает,
Червячка не кушает.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — сидя по-турецки, лицом в круг.

1 фигура

1 куплет

Вступление — “закидывают удочку”.

Занев: сидя с вытянутыми руками (“держат удочку”), слегка раскачиваются в такт музыке.

Припев:

И.П. — сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.

На слова “тра-ля-ля” ударяют носком правой ноги слева и справа от левой ноги (через ногу) — 8 раз.

На повторение музыки — то же другой ногой.

Возвращаются в И.П.

2 фигура

И.П. — сидя по-турецки, руки на затылке.

2 куплет

Запев:

1 фраза — наклон вправо, достать правым локтем правое колено (один раз) — выпрямиться,

2 фраза — то же влево,

3–4 фразы — наклон вперед, достать локтями пол и выпрямиться — 2 раза.

Припев: повторить движения припева 1-го куплета.

3 фигура

3 куплет

Запев:

И.П. — сидя на полу, ноги прямо, руки сзади в упоре.

1-2 фразы — поочередно вытягивать носки вперед,

3-4 фразы — одновременно вытягивать носки вперед.

Припев: движения, соответственно, повторяются.

Проигрыш:

И.П. — сидя на полу, ноги вместе.

Имитация гребли на лодке.

На слова “Вся рыба расплывается” сесть, руки в упор. На последний такт (слова “тра-ля”) лечь на спину.

3. Чебурашка

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие выразительности пластики, точности и ловкости движений, музыкального слуха.

Рекомендуется включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих движений на физкультурных занятиях, утренней или бодрящей гимнастике. Можно предложить исполнить на семейном празднике как обыгрывание темы “Песни наших мам”.

Я не кукла, не зверюшка,
А забавная игрушка.
Очень славная мордашка,
Мое имя (Чебурашка).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, руки опущены.

Вступление — покачивание головой в ритме музыки.

1 фигура

Запев: приподнимание плеч с полуоборотом направо и налево, слегка приподнимаясь на носках.

Припев:

на слова “Теперь я” — наклон направо-вперед, руки вперед, ладони вверх,
 “Чебурашка” — выпрямиться, руки вниз,
 “мне каждая” — те же движения налево,
 “дворняжка” — выпрямиться, руки опустить,
 “при встрече” — правую руку вперед, ладонь вверх,
 “сразу” — левую руку так же вперед,
 “лапу” — наклон вперед с вытянутыми руками,
 “подаст” — выпрямиться, руки опустить.
 На повторение музыки движения повторяются.

2 фигура

2 куплет

И.П. — стоя, руки внизу.

Повороты туловища вправо-влево, руки, расслабленные, болтаются (“тряпочные куклы”).

Прпев: движения повторяются соответственно музыке (как в 1 фигуре).

3 фигура

3 куплет

И.П. — стоя, руки согнуты в локтях, ладони у головы (“уши, как у Чебурашки”).

Наклоны туловища вправо-влево в соответствии с музыкой (2 раза вправо и 2 раза влево попеременно).

Прпев: движения повторяются соответственно музыке, как в 1 и 2 фигурах.

4. Плюшевый медвежонок

Музыка В. Кривцова

Задачи: развитие чувства ритма, выразительности движений, воображения.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, утреннюю и бодрящую гимнастику. Композиция может быть исполнена также на праздничном утреннике как сюрпризный танец или в инсценировке.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление: опуститься на четвереньки (превратиться в Мишку).

1 фигура

Запев: ходьба на четвереньках в свободных направлениях.

Прпев:

И.П. — стоя, ноги на ширине плеч во второй обратной позиции (носки направлены внутрь), руки перед грудью (поза Медведя).

1 фраза: на слова “Я добрый Мишка плюшевый” 4 раза топнуть правой ногой;

2 фраза: на слова “игрушечный медведь” — то же другой ногой;

3 фраза: на слова “послушайте” — правую руку к правому уху;

4 фраза: “послушайте” — левую руку к левому уху,

“как я умею” — показать на себя обеими руками,

“петь” — руки вперед.

Прпев: на слова “Ры-ра-ры-ру” раскачиваться из стороны в сторону и затем перейти на топот в такт музыке.

2 фигура

И.П. — лежа на спине, руками обхватить согнутые в коленях ноги (в группировку).

Качание на спине в разных направлениях.

Припев: те же движения.

3 фигура

1 фраза — кружение на шагах (вперевалочку);

2 фраза — в другую сторону.

Припев: движения повторяются.

Заключение

“Мишка кашляет” — хлопнуть себя по груди.

В конце сесть на пол, ноги врозь.

5. Куклы-неваляшки

Музыка З.Левиной

Задачи: развитие чувства ритма, выразительности, точности и координации движений.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

Данная танцевальная композиция удобна для работы с разновозрастной группой.

Куколки красивые,
В пляске — не ленивые.
Мы не спим и не сидим,
Очень весело звеним.
Дружно наклоняемся,
Всем ребятам нравимся.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

На вступление дети становятся врассыпную у центральной стены.

1 фигура

1 куплет

Занев: И.П. — стоя, ноги во второй позиции (слегка расставлены), руки внизу.

1-4 такты — качаются вправо, влево (4 раза в каждую сторону).

5-8 такты — идут топающим шагом вперед, руки “полочкой”.

Припев: на слова “Мы — милашки” и т.д. поочередное выставление правой и левой ноги на пятку (на сильную долю), одновременно полуоборот корпуса направо и налево, руки внизу, ладошки раскрыты.

На слова “яркие рубашки” — кружение на месте на шагах (за руками вправо).

2 фигура

2 куплет

Занев: повторение движений 1-го куплета.

На топающем шаге (на слова “днем и ночью мы стоим”) перестраиваются в круг.

Припев:

И.П. — стоя в кругу лицом к центру.

Движения повторяются соответственно музыке.

3 фигура

3 куплет

Запев: на сильную долю кланяются вперед — на слово “ох”, на слово “раз” — выпрямляются; на слова “начинаем перепляс” — перестраиваются топающим шагом врассыпную.

Привев: повторение движений в соответствии с музыкой.

4 фигура

4 куплет

Повторение движений 3-го куплета, только стоя врассыпную лицом к зрителю. Движения исполняются с ускорением в соответствии с темпом музыки.

Примечание: для детей младшего возраста композиция исполняется только в свободном положении — стоя врассыпную. На последний куплет не все дети успевают выполнять движения в ускоренном темпе, но этот момент имеет свою выразительную “изюминку”.

6. Разноцветная игра

Музыка Б. Савельева

Задачи: развитие музыкального слуха, быстроты реакции, памяти, выразительности движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные занятия. Композиция может быть включена в программу праздничного утренника или досуга. Удобна для исполнения детьми разного возраста.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление: дети становятся парами, свободно располагаясь в зале.

1 фигура

Запев:

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции (пятки вместе, носки врозь), руки согнуты в локтях над головой, кисти соединены “домиком”.

1-4 такты: наклоны туловищем вправо-влево на “пружинке”.

5-8 такты: полуобороты туловищем вправо-влево, руки перед лицом, кисти сжаты, как “бинокль” у глаз.

Привев: на слова “Никому про наш секрет не говори...” грозят друг другу пальцем правой руки (на “пружинке”); на слова “А стекляшек разноцветных набери...” — руками перед собой выполняют движения “как лепят пирожки” (на “пружинке”);

“Ты зажмурься...” — закрыть глаза обеими руками;

“И три раза повернись...” — повернуться на месте на носках;

“А теперь...” — правая рука вниз,

“глаза открой...” — левая рука вниз,

“и удивись” — приподнять плечи (“удивиться”).

В соответствии со словами эти движения повторить 2 раза.

2 фигура

И.П. — сидя на пятках, руки в упоре перед собой.

Запев:

1-4 такты: вращения тазом, стоя на коленях, носки оттянуты (как “хвостики”).

5-8 такты: сидя на пятках, имитация движений “кошка умывается”.

Припев: повторить движения на припев 1 фигуры.

3 фигура

Запев: ходьба по кругу друг за другом.

Припев: повторить движения предыдущих фигур.

На повторение припева (в третий раз) дети идут вперед в свободных направлениях, “грозя” при этом пальцем, затем повторяют те же движения лицом к зрителю.

7. Кузнечик

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие координации движений, чувства ритма, образного восприятия музыки.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, а также вечера досуга и праздничные утренники.

Прыгал, прыгал он по травке
И не трогал ни козявки.
Но случилась с ним беда —
Лягушка съела прыгуна.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, руки на поясе, ноги в 1-й позиции.

Вступление:

1 фраза — правой ногой 2 раза ударить носком по полу,

2 фраза — то же левой ногой,

3-4 фразы — движения повторяются,

5 фраза: счет “раз” — прыжком ноги врозь, руки в стороны,
счет “два” — прыжком ноги вместе, руки вниз,

6 фраза — шаг на месте,

7-8 фразы — движения повторяются.

1 фигура

Запев: счет “раз” — полуоборот направо, руки в стороны, правую ногу на пятку;
счет “два” — вернуться в И.П.;

счет “три” — то же влево;

счет “четыре” — вернуться в И.П.

На повторение музыки движения повторяются.

Припев: повторить движения как на вступление.

2 фигура

Запев:

1 фраза — кивок головой — (раз-и-два-и) — 2 раза,

2 фраза — поворот головы направо-прямо и налево-прямо (на “пружинке” — три-и-четыре-и),

3-4 фразы — движения повторяются.

Припев: повторить движения как на вступление.

3 фигура

Запев:

1 фраза: на слова “Но вот пришла” — присесть, руки на колени, локти в

стороны (имитация “лягушки”) (рис. 7.1);
 “лягушка” — выпрямиться, руки согнуты в локтях, ладони вперед, полуоборот направо, правую ногу на пятку (рис. 7.2).

2 фраза: движения повторяются с поворотом в другую сторону.

Повторить все движения 2 раза в соответствии с музыкой.

Припев: повторить движения как на вступление.

4 фигура

И.П. — стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова опущена.

На слова “Не думал, не гадал он” — раскачивания туловища из стороны в сторону, руки свободно болтаются, голова опущена, слегка поворачивается вслед за руками вправо-влево.

Эти движения повторяются до конца куплета.

Припев: повторить движения как на вступление.

Прогрыш: на слова “Цок-цок-цок” — стоя, руки на поясе, “пружинка” с полуоборотом направо и налево.

Припев: повторить движения как на вступление.

Последняя фраза припева — “такого вот конца” — потянуться руками вверх через стороны (на вдохе), затем опустить руки вниз, согнув туловище и опустив голову (на выдохе).

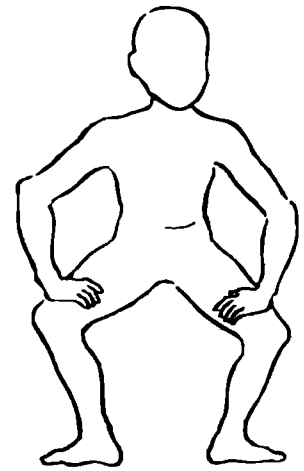


Рис. 7.1

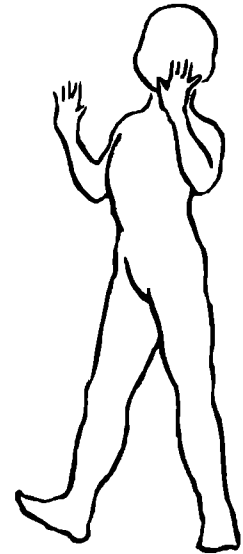


Рис. 7.2

8. Белочка

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие мягкости, плавности движений рук, формирование навыка пружинить ногами во время маховых движений руками; развитие музыкального слуха, выразительной пластики, воображения.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, а также вечера досуга и праздничные утренники.

А я — с рыженьким хвостом,
 Но живу не под кустом.
 Прыгаю по веткам,
 Несу орешки деткам.
 Приходите в гости в лес,
 Сколько он таит чудес!

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Вступление: “Превращаемся в Белочку”:

1-2 такты — согнуть в локте левую руку,

3-4 такты — согнуть правую руку,

5-8 такты — 3 “пружинки”.

1 фигура

Занев:

1 фраза — кивок головой направо (ноги слегка пружинят),

2 фраза — то же налево,

3 фраза — три хлопка справа (на слова “шелк-шелк-шелк”),

4 фраза — то же слева (на слова “шелк-шелк-шелк”).

Проигрыш:

1-2 фразы — кружение на носках на месте в позе “белочки”,

3 фраза — три хлопка справа (на слова “шелк-шелк-шелк”),

4 фраза — то же слева (на слова “шелк-шелк-шелк”).

Припев:

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

На слова “Я печальной не бываю” — качание руками вперед-назад, ноги пружинят.

На слова “Ля-ля” — мах правой рукой вправо-вверх, и на “ля” опустить вниз.

На повторение — то же левой рукой.

Все движения повторить 2 раза в соответствии с музыкой.

Проигрыш:

1 фраза — кружение на носках на месте (направо),

2 фраза — 3 “пружинки”.

2 фигура

Занев: движения повторяются соответственно музыке. Только на слова “прыг-прыг-прыг” — прыжки на двух ногах на месте.

Далее все движения повторяются.

Припев: движения повторяются.

Проигрыш: движения повторяются.

3 фигура

Движения повторяются, только на слова “Скок-скок-скок” — три прыжка на двух ногах вперед, затем назад спиной (для детей 5 лет, а для детей младшего возраста повторить движения предыдущей фигуры).

Примечание: возможен вариант исполнения данной композиции группой детей как сюжетного танца — с перестроениями: стоя парами лицом друг к другу (1 фигура), затем по кругу (2 фигура), и на 3 фигуру — врассыпную лицом к зрителю.

9. Едем к бабушке в деревню

Грузинская песня

Задачи: развитие точности и ловкости движений, формирования навыка пружинящей ходьбы, умения координировать движения с музыкой, воспитание творческого воображения.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений на утренней и бодрящей гимнастике для детей младшего возраста либо использовать в конце физкультурного или музыкально-ритмического занятия. Возможен вариант использования в качестве “зачина” на тематическом интегрированном занятии на тему “Едем к бабушке в деревню”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, руки согнуты в локтях.

1 фигура

1-8 такты: дети “едут на лошадке” — идут друг за другом пружинящим шагом, “цокают” языком.

2 фигура

9-16 такты: дети расходятся таким же шагом врассыпную. К концу фразы садятся на пол на пятки.

3 фигура

17-24 такты: И.П. — сидя на пятках, руки впереди (“держат вожжи”). Пружинят на пятках, “цокают”.

4 фигура

24-32 такты: дети “смотрят” вдаль — правую руку “под козырек”, встать на колени, затем опуститься на пятки, далее то же другой рукой. Всего 4 раза (2 раза правой и 2 раза левой рукой).

5 фигура

33-40 такты: дети “салятся в телегу” — И.П. — сидя, ноги согнуты в коленях, стопы вместе на полу, руки сзади в упоре. Дети ритмично переводят ноги на носки и на пятки (пристукивая пятками о пол), чередуя попеременные движения (8 раз) и постукивания пятками обеих ног одновременно (8 раз).

6 фигура

И.П. — лежа на спине, руки под головой.

40-44 такты: левая нога согнута в колене, правая нога сверху на левой. Раскачивание стопой в разные стороны (рис. 9.1).

45-48 такты: повторить то же, поменяв положение ног. С концом музыки закрыть глаза — “засыпают”.

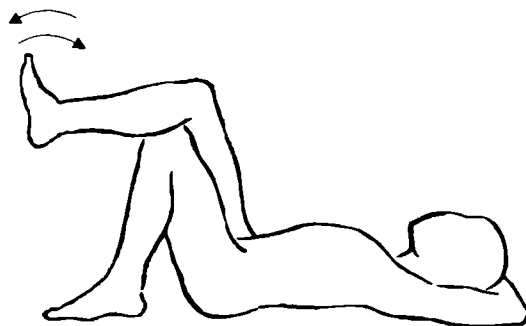


Рис. 9.1

10. Лошадки

Музыкально-ритмическая композиция

Задачи: развитие чувства ритма, координации движений, чувства равновесия, выразительности пластики, умения перестраиваться в пространстве (в круг — врассыпную).

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, композиция может быть также включена в тематическое интегрированное занятие на тему “Едем к бабушке в деревню”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление

Звучит фонограмма: ржание лошади, цокот копыт. Педагог спрашивает, кто там скачет по дорожке. Дети отвечают.

1 фигура

Музыка А (1-е предложение)

И.П. — руки впереди, кисти сжаты в кулаки (“держатся за поводья”);

1-2 фраза: пружинные приседания в такт музыке, руки подтягиваются к груди (имитация езды на лошади);

3 фраза: 3 раза ударить о пол носком правой ноги, на счет “4” — поставить ногу в И.П.;

4 фраза: то же левой ногой;

5-6 фраза: повторение движений 1-2 фраз.

Повторение музыки А (2-е предложение)

1 фраза: 2 раза согнуть правую ногу в колене, руки “на себя”;

2 фраза: то же левой ногой;

3-4 фразы: повторить движения 3-4 фраз 1-го предложения;

5-6 фразы: повторение 1-2 фраз 1-го предложения.

2 фигура

Музыка В

И.П. — руки за спиной. Ходьба друг за другом с высоким подниманием колен. Постепенно перестраиваются в круг.

3 фигура

Музыка А

1 предложение: повторение движений 1 фигуры.

2 предложение:

1-2 фразы — расходятся врассыпную;

3-4 фразы — повторение движений 1 фигуры.

Заключение: — “Тпрр-р-у” — руки на себя.

11. Поросята

Музыка Дж. Уотта

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

Музыка А

И.П. — полуприсед, ноги слегка расставлены, руки согнуты в локтях, кисти развернуты вперед.

1-2 фразы: идут по кругу;

3 фраза: останавливаются, показывают “нос” направо, затем налево и кружатся на месте;

4 фраза: повторение движений 3 фразы;

5 фраза: прыгают на месте на правой ноге, левую согнуть в колене и обхватить ее руками;

6 фраза: те же движения, только поменять ноги;

7 фраза: идут к центру (поза, как в И.П.) — 4 шага, затем остановиться, наклон вперед и сказать 3 раза “хрю-хрю-хрю”;

8 фраза: 4 шага спиной назад, также остановиться с наклоном вперед и сказать 3 раза “хрю-хрю-хрю”.

2 фигура

Музыка В

Движения, имитирующие бросание снежков — в такт музыке.

3 фигура

Музыка А

1 фраза: “отряхивают снег” с рукавов, туловища;

2 фраза: падают на пол, опрокидываются на спину, машут руками и дрыгают ногами;

3—4 фразы: поднимаются и идут до конца музыки, как в 1 фигуре (1 фраза).

12. Игра “Птички и Ворона”

Музыка А. Кравцович

Задачи: развитие музыкальности, выразительности движений, способности к импровизации, воображения и фантазии.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, игра может быть включена в программу праздничного утренника или вечера развлечения. Удобна для исполнения детьми разного возраста.

Перед игрой на пол по кругу раскладываются обручи (по количеству детей).
Для детей младшего возраста игра проводится без обручей.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Музыка А

Выбегают Птички — импровизация под музыку (летают, клюют, прыгают на “полянке” и т.д.).

Музыка В

Появляется Ворона, все Птички прячутся в “домики” — находят свободный обруч и сидят в нем на корточках. Ворона ходит по “полянке”, тоже ищет зернышки и всматривается в “домики”, где притаились Птички. Ведущий забирает 2-3 обруча.

Музыка С

Ворона уходит, а Птички бегают вокруг своих обручей.

С повторением музыки движения повторяются. На *музыку В* Птички снова прячутся в “домики”, но не всем хватит места, поэтому только самые быстрые занимают свободные “домики”, а остальные садятся на стульчики (выходят из игры).

Так повторяется два раза.

13. Маленький танец

Музыка Ф. Кулау, “Вариации”

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

Музыка А

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу.

1 фраза: 3 хлопка перед собой, на 2-й такт соединить ладони друг с другом и слегка присесть;

2-4 фразы: повторение.

Музыка В

1 фраза: отворачиваются на носках друг от друга, руки за спину;

2 фраза: поворачиваются лицом друг к другу; ладони соединить.

3-4 фразы: повторение движений.

Музыка С

1 предложение: кружение парами на легком беге;

2 предложение: бег парами по кругу.

2 фигура

И.П. — стоя в большом кругу (лицом к центру).

Музыка А

Повторение движений 1 фигуры, только ладошками на 2-й такт сделать “ширмочку” (на “пружинке”).

Музыка В

Повторение движений 1 фигуры, в конце 2 фразы ладони “ширмочкой” перед лицом.

Музыка С

1 предложение: бег по кругу;

2 предложение: бег врассыпную.

3 фигура

И.П. — стоя врассыпную лицом к зрителям.

Музыка А

Повторение движений 2 фигуры.

Музыка В

Повторение движений 2-й фигуры. В конце — поклон.

Примечание. Танец можно исполнять с кубиками или другой атрибутикой, удобной для постукивания в ритме музыки. В этом варианте дети стоят врассыпную.

14. Белые кораблики

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие мягкости, плавности движений рук, музыкальности и выразительности движений.

Рекомендуется включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих упражнений.

Все плывут, плывут куда-то
В небе белые, как вата.
То причудливо сольются,
Белой птицей обернутся,
То растают, словно дым,
Станут пятнышком одним.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Вступление:

1 фраза — руки плавно через стороны вверх;

2 фраза — руки через стороны вниз;

3–4 фразы — движения повторяются;

5 фраза — шаг вперед, закрыть голову руками (спрятаться за облачко), (рис. 14.1);

6 фраза — шаг назад в И.П.;

7 и 8 фразы — движения повторяются.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 фраза — правую руку плавно через сторону вверх (оставить в этом положении);

2 фраза — то же левой рукой;



Рис. 14.1

3 и 4 фразы — руки скрестить над головой и плавно через стороны вниз.
Движения повторяются 3 раза соответственно музыке.

2 фигура

2 куплет

Запев:

1 фраза — присесть, руками коснуться пола;

2 фраза — встать;

3-4 фразы — движения повторяются;

5 фраза — присесть, руки соединить над головой “домиком”;

6 фраза — выпрямиться;

7-8 фразы — движения повторяются.

Проигрыш: руки плавно через стороны вверх и вниз в соответствии с музыкой.

3 фигура

3 куплет

Вариант 1

1-2 фразы — имитация “плавания брассом” — 4 раза;

3-4 фразы — повторения движений 1-4 фраз 1 фигуры — 2 раза.

Вариант 2: дети свободно “плывут” по залу, то есть ходьба на носках врассыпную, движения рук также свободные (импровизация движений “облаков”).



2. Музыкально-ритмические композиции второго уровня сложности

15. Марш

Музыка Г. Свиридова

Задачи: развитие координации движений рук и ног в процессе ходьбы, развитие ритмического слуха (чувства сильной доли), ловкости и точности движений.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений на физкультурном занятии, утренней или бодрящей гимнастике, может использоваться и на музыкальном занятии (как ритмическое упражнение для ознакомления с маршем как музыкальным жанром).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление: И.П. — стоя врассыпную, руки внизу.

1 фигура

Музыка А

1-2 фразы — хлопки в ладоши в соответствии с ритмической пульсацией (на каждую долю — 16 раз);

3-4 фразы — ходьба на месте;

5-6 фразы — хлопки на сильную долю (8 раз);

7-8 фразы — притоп правой ногой на сильную долю (8 раз).

Музыка В

На счет “раз” — правую руку направо,

“два” — левую налево,

“три” — правую вверх,

“четыре” — левую вверх,

“пять” — правую направо,

“шесть” — левую налево,

“семь” — правую вниз,

“восемь” — левую вниз.

Музыка А — ходьба на месте.

2 фигура

Музыка С

И.П. — стоя, руки вперед-вверх.

1 фраза: ритмичное сгибание кистей рук, голова наклоняется вниз, ноги пружинят — 8 раз;

2 фраза: то же с поворотом головы попеременно направо и налево;

3 фраза: И.П.: руки вперед на уровне плеч, на “пружинке” согнуть правую ногу в колене и поднять вверх. Одновременно руки, согнутые в локтях, — к груди — 8 раз;

4 фраза — то же левой ногой.

Музыка В — движения повторяются.

Музыка С

На счет “раз” — широкий шаг вправо, руки в стороны;

“два” — левую ногу приставить, руки, согнутые в локтях, — к груди;

“три” — шаг влево, руки в стороны;

“четыре” — правую ногу приставить, руки, согнутые в локтях, — к груди.

Повторить 2 раза.

3 фигура

Повторить движения 1 фигуры.

Заключение: ходьба на месте.**16. Цыплята***Азербайджанская народная песня***Задачи:** развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.**Рекомендуется** включать как вводную или заключительную часть музыкального или физкультурного занятия, утренней гимнастики.

Композиция удобна для занятий с детьми разного возраста (можно предложить разные роли – больших Курочек, Петушков, маленьких Цыплят, а также Птичницы).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление

Птичница жестом зовет Курочек и Цыплят, те постепенно сбегаются на площадку, “чищают перышки” и т.д. (движения произвольные).

1 фигура

1 куплет

Бег стайкой за Птичницей (мелкий семенящий бег, руки прямые сзади — “крылышки”).

На повторение музыки — бег в другую сторону.

Припев:

И.П. — стоя, руки внизу.

1 фраза — наклон вниз, выпрямиться, плавно дугообразно поднимая руки, согнутые в локтях, вправо-вверх, кисти отвести направо (голова направо);

2 фраза — то же налево.

Повторить эти движения 4 раза.

На слова “Ой, мои...” — поднять согнутую в колене правую ногу, носок оттянут, поднять “крылья” (маховые движения руками).

“Вы, цыплятки” — ногу и руки опустить, покачать головой.

На повторение музыки и слов движения соответственно повторяются, только левой ногой.

На слова “Вы пушистые комочки” — кружение на носках на месте, руки внизу, кисти слегка отведены (“хвостики”).

2 фигура

1 вариант: повторяются те же движения, только по кругу (сначала в одну сторону, потом — в другую).

2 вариант: на слова “цып-цып” — два прыжка на месте,
“мои цыплятки” — легкий бег и т.д.

Приве: движения повторяются соответственно музыке и тексту.

3 фигура

Бег врассыпную (“ищут зернышки”).

Заключение. Прыжки на прямых ногах с продвижением вперед, корпус слегка наклонен вперед, руки отведены назад (“крылышки”).

17. Чунга-чанга

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие точности, ловкости, координации движений, быстроты реакции, чувства ритма, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, а также вечера досуга и праздники.

Мы на острове живем,
Песни звонкие поем.
Каждый день едим бананы,
Прыгаем, как обезьяны.
Лучше места в мире нет,
Всем горячий шлем привет!

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-ой позиции, руки согнуты в локтях, ладони вверх, раскрыты вперед.

Вступление: наклоны вправо-влево — “выглядывают из-за пальмы” (рис. 17.1).

1 фигура

Запев: на “раз” — руки вправо-вверх, пальцы разжать (“обезьяны рвут с пальмы бананы”);

на “и” — вернуться в И.П.;

на “два и” — то же влево.

Эти движения повторять до конца запева.

Приве: импровизация плясовых движений.

2 фигура

Запев: на “раз-и-два” — маховые скрестные движения руками над головой — 2 раза (рис. 17.2);

на “и” — руки в стороны;

на “три-и-четыре” — то же внизу;

на “и” — руки в стороны.

Движения повторяются до конца запева.

Припев: импровизация плясовых движений.

Проигрыш:

1-4 фразы — твистовое движение;

5-8 фразы — на твистовых движениях постепенно опуститься на колени, руки спереди в упоре, носки оттянуты вверх.

Вращение тазом, стоя на коленях с оттянутыми носками — “обезьянки крутят хвостиком” (рис. 17.3).



Рис. 17.1

3 фигура

И.П. — сидя по-турецки, руки на затылке.

На “раз-и” — наклон вправо, коснуться правым локтем правого колена;

на “два-и” — выпрямиться;

на “три-и-четыре-и” — то же влево.

Движения соответственно повторяются до конца запева.

Припев: И.П. — сидя, ноги согнуты в коленях, стопы соединены, руки поддерживают стопы.

1 предложение: пружинные движения коленями (колени тянутся к полу) (рис. 17.4).

2 предложение:

И.П. — руки на коленях, раскачивание вправо-влево (рис. 17.5).

На последний аккорд успеть встать и поднять руки вверх.



Рис. 17.2

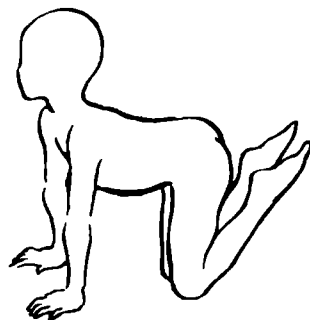


Рис. 17.3



Рис. 17.4

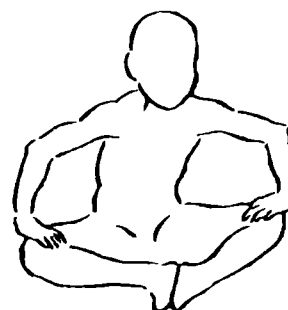


Рис. 17.5

18. Красная Шапочка

Музыка А. Рыбникова

Задачи: развитие координации движений, чувства ритма, умения переносить вес тела с ноги на ногу, творческого воображения, внимания и памяти, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические и интегрированные занятия. Может быть использована в программе тематического вечера развлечения на тему “Любимые герои сказок”.

Лесом к бабушке иду,
Громко песенку пою,
Ей несу для угошенья
Пироги, компот, печенье.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят враспынную, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

1 фигура

Занев:

1-6 такты: полуобороты туловища вправо-влево (на “пружинке”, локти попеременно вперед);

7-8 такты: на слова “Топать, бегать и бежать” — продвижение топающим шагом вперед. Руки в конце фразы протянуть вперед ладонями вверх;

9-14 такты: повторение движений 1-6 тактов;

15-16 такты: отойти назад топающим шангом, развести руки в стороны.

Принев:

И.П. — ноги на ширине плеч, руки в стороны.

На слова “А-ах” — круговое маховое движение руками (остановиться в И.П.).

На слова “В Африке реки вот такой ширины” — перенос веса тела с правой ноги на левую, при этом тянуться соответственно вправо-влево за вытянутой рукой (2 раза) (рис. 18.1).

“А-ах” — повторение кругового махового движения.

На слова “В Африке горы” — скрещивающиеся маховые движения руками над головой (2 раза).

На слова “А-ах — крокодилы бегемоты” — руки “полочкой”, по 2 раза хлопать одной рукой по другой (всем предплечьем), меняя положение рук в “полочке”: сначала правая рука лежит поверх левой, а потом наоборот. В момент “хлопка” легкий наклон туловища в сторону, ноги пружинят. Всего 2 раза (рис. 18.2).

На слова “А-ах — и зеленый попугай!” — руки согнуты в локтях, опустить кисти вниз, стоя полуоборотом вправо, полуоборот на “пружинке” — 2 раза вправо и 2 раза влево.

На повторение слов 2 раза поднять правую ногу, согнутую в колене, руки одновременно поднять и опустить (“машут крыльями”), те же движения повторить другой ногой (2 раза — в соответствии с музыкой) (рис. 18.3).

2 фигура

Повторение движений 1 фигуры.

3 фигура

Повторение движений 2 фигуры, только при отходе назад (на слова “Руки, ноги береги”) похлопать ладонями по коленям.

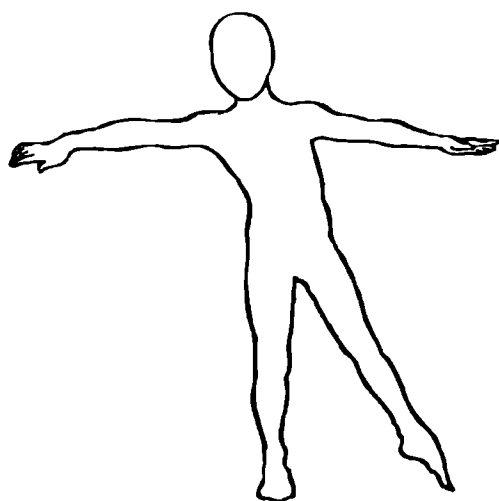


Рис. 18.1



Рис. 18.2

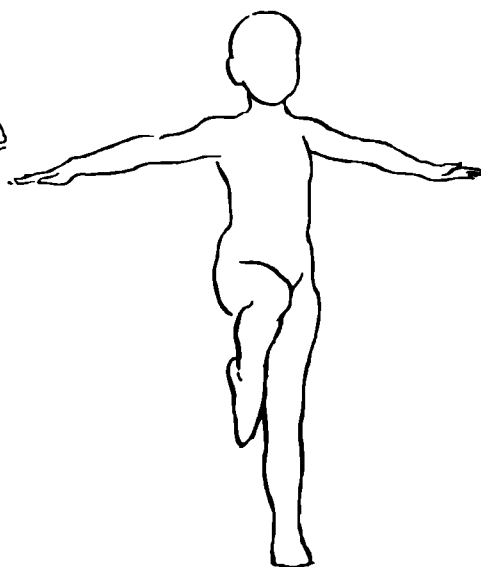


Рис. 18.3

19. Игра “Козочки и Волк”

Музыка из к/ф “Звуки музыки”

Задачи: развитие творческого воображения, музыкального слуха, выразительности движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические занятия, а также программы праздничных утренников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В игре участвуют дети – Козочки, а также ведущий – Пастушок (эту роль может исполнять взрослый или старший ребенок).

Вступление

Выходит “сонный” Пастушок, зевает, тянется. Затем “открывает” сарай и выпускает Козочек погулять.

Козочки выбегают.

1 фигура

Музыка А

Козочки бегут друг за другом, а Пастушок их пересчитывает.

На повторение *музыки А* Козочки бегут по кругу в другую сторону.

Музыка В

Пастушок играет на свирели, поворачиваясь корпусом вправо и влево.

Козочки (руки у головы, указательные пальцы торчат вперед, как “рога”) вытягивают головы следом за движениями Пастушка (на “Але-и-у”).

На повторение *музыки В* Козочки поочередно прикладывают руку к правому и левому уху (слушают эхо).

2 фигура

Козочки двигаются друг за другом по кругу: 4 подскока вперед – 4 прыжка назад спиной на двух ногах (2 раза по кругу, затем 2 раза к центру и назад). Пастушок в это время выходит из круга, отходит в сторону и надевает маску Волка.

3 фигура

Музыка С

Пастушок в маске Волка подходит решительным шагом к Козочкам, которые, задрожав, пятятся назад.

Музыка А

1-я фраза: Козочки приближаются к Волку (Пастушку) – 4 подскока вперед;

2-я фраза: Волк, угрожая, наступает на Козочек, а те пятятся назад.

3-4-я фразы: движения повторяются. С каждым разом Козочки все больше “смеются” и дразнят Волка, так как они разглядели, что это не настоящий Волк, а их знакомый Пастушок, который надел маску Волка, чтобы проверить их “бдительность”.

Музыка В

Козочки дразнят Волка, а тот им “грозит” пальцем 3 раза, затем отбегают назад. Повторить все 2 раза.

На заключительные такты Козочки разбегаются, Пастушок (Волк) их ловит.

20. Кот Леопольд

Музыка Б. Савельева

Задачи: развитие выразительности движений, творческого воображения, чувства ритма, координации движений, памяти и внимания.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

Я артист известный,
С песенкой чудесной.
Одеваюсь, словно франт,
У меня на шее бант.
И хоть мышки меня дразнят,
Я прислал сюда на праздник
Свою пленку с песенкой,
Чтоб детям было весело.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе. Расположение в зале свободное.

Вступление:

1 фраза: на счет “раз” — правую ногу на пятку, “два”, “три” — 3 раза ударить носком павой ноги о пол, не отрывая пятки (рис. 20.1), на счет “четыре” — вернуться в И.П.

2 фраза — то же левой ногой;

3-4 фразы: повторить движения 1-2 фраз;

5 фраза: И.П. — ноги слегка расставлены, руки внизу.

Руки плавно через стороны вверх, на счет “четыре” — хлопок над головой, ноги пружинят, отрывая пятки от пола (колени не сгибать).

6 фраза: руки через стороны плавно вниз, ноги так же пружинят;

7-8 фразы: повторение движений 5-6 фраз.

1 фигура

Запев: И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, руки в стороны.

1 фраза: на слово “дождик” — коснуться правой рукой кисти левой руки, на слово “по земле” — руки в стороны;

2 фраза — то же левой рукой;

3-4 фразы — повторить движения 1-2 фраз. (Всего 4 раза).

Припев:

1 фраза: на слово “если” — хлопок над головой, присесть, на слово “ясный день” — руки в стороны, выпрямиться;

2 фраза — повторение движений 1 фразы;

3-4 фразы: на слова “а когда наоборот — скучно” — повороты туловища вправо-влево, расслабленные руки болтаются (“тряпочные куклы”).

Повторить движения с 1 по 4-ю фразу.

Проигрыш: повторить движения как на вступление.

2 фигура

Запев:

1-2 фразы: на слова “слышишь, как звенят в небе высоко” — маховые скрещи-

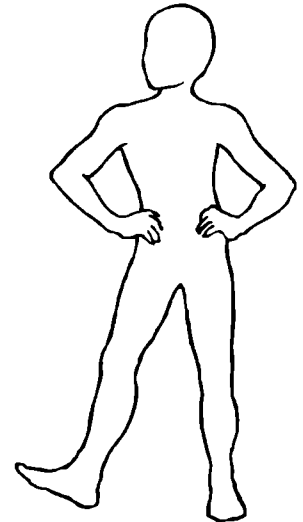


Рис. 20.1

вающиеся движения руками над головой, на “пружинке” — 4 раза;
3-4 фразы: на слова “солнечных лучей струны” — круговые маховые движения руками, на “пружинке”.

Припев:

1 фраза: на слово “если” — наклон вперед, правая рука вперед, левая в сторону, на слова “добрый ты” — выпрямиться;

2 фраза: повторить движения 1 фразы, только поменять руку;

3-4 фразы: на слова “А когда наоборот” — повороты туловища вправо-влево, расслабленные руки болтаются (“тряпочные куклы”).

Повторить движения с 1 по 4-ю фразы.

Проигрыш — исполняются те же движения, что и на вступление.

3 фигура

Запев:

1-2 фразы: на слова “с каждым поделись радостью своей” — постепенно поднимать руки вверх, поочередно сгибая и разгибая кисти в соответствии с ритмом музыки;

3-4 фразы: на слова “рассыпая смех звучно” — руки через стороны сверху вниз, также поочередно сгибая и разгибая кисти рук.

Припев:

1 фраза: на слово “если” — правую ногу на пятку, полуоборот направо, руки в стороны, кисти в кулаках (как будто держат гармошку);

на слова “песни петь” — ногу приставить, руки, согнутые в локтях, — к груди (имитация игры на гармошке);

2 фраза: на слова “с ними вселей” повторить движения 1 фразы;

3-4 фразы: на слова “А когда наоборот — скучно” — повороты туловища вправо-влево, расслабленные руки болтаются (“тряпочные куклы”).

Повторить движения с 1 по 4-ю фразы.

Проигрыш — импровизация движений: вначале Кот удивляется, кто ему досажает, а потом показать, как Мышки дразнят Леопольда.

Припев: повторить движения, как на припев 3-го куплета.

Заключение:

1-4 фразы: Мыши показывают Леопольду “нос”, поворачиваясь направо и налево;

5 фраза: Кот идет мягким, кошачьим шагом вперед, на счет “четыре” — показывает бант;

6 фраза: так же отходит назад и показывает бант;

7-8 фразы: покружиться на месте и с концом музыки застыть в галантной позе Кота Леопольда (руки у банта).

21. Три поросенка

Песня Н. Ефремова “Ни кола и ни двора”

Задачи: развитие координации, выразительности движений, внимания, умения быстро переключаться от одного движения к другому, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия.

Нужен дом для трех друзей,
Чтобы было им теплей.
Быстро принялись за дело,
Строят ловко и умело.

Раз-два-три! — и все готово,
Приходите в дом наш новый!

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

Вступление:

1 фраза: руки через стороны плавно вверх, встать на носки (потянуться), затем руки плавно через стороны вниз, опуститься на пятки;

2 фраза — повторить те же движения.

Проигрыш: на “пружинке” полуобороты вправо и влево, руки внизу, кисти в кулаках.

1 куплет

Запев:

1 фраза: на “раз” — полуоборот направо, правую ногу на пятку, руки развести в стороны, на “два” — вернуться в И.П.;

2 фраза — то же влево;

3-4 фразы: движения повторяются соответственно музыке;

5 фраза: на “раз-два-три” — ноги врозь, руки над головой, кисти сцепить (переплести пальцы в “замок”);

6 фраза: на “и все дела” — резкий наклон вниз, руки вниз (“колка дров”).

7-8 фраза: далее до конца запева — повторить эти же движения (“колку дров”) — 2 раза.

На слова “и жилье” — руки вверх, на слово “готово” — ногу приставить (вместо наклона), руки через стороны вниз.

Припев:

на “раз” — на слово “всем” — шаг вправо, руки в стороны,

на “два” — “на свете” — ногу приставить, полуприсед, кисти соединить над головой “домиком”.

Повторить эти движения 6 раз — до слова “даже”.

На слова “Даже, даже, даже поросят” — полуоборот вправо и влево в позе поросенка, то есть одна рука сзади — “хвостик”, а другая спереди у носа — “пяточок”. (Эти позы могут быть различными, так как здесь главное — импровизация).

На повторение музыки движения соответственно повторяются.

2 куплет

Запев: И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки согнуты в локтях перед грудью.

На “раз” — отвести локти назад, ноги пружинят,

на “два” — руки развести в стороны, правую ногу на пятку,

на “три” — ноги приставить, отвести локти назад, ноги пружинят,

на “четыре” — руки развести в стороны, левую ногу на пятку,

на “пять” — “восемь” — движения повторяются.

На слова “очень жалко” и до конца запева — повторить движения, описанные в предыдущем куплете (“колка дров”).

Припев: движения повторяются соответственно музыке и тексту.

Проигрыш: импровизация пляски Поросят.

Припев: движения повторяются соответственно музыке и тексту.

На последний аккорд — четкая остановка в позе “поросенка” (непроизвольная поза, то есть импровизация).

22. Антошка

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие выразительности движений, творческого воображения, чувства ритма, координации движений, памяти и внимания, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные занятия, а также в комплекс общеразвивающих движений на физкультурных занятиях, на утренней или бодрящей гимнастике.

Можно предложить исполнить на семейном празднике как обыгрывание темы “Песни наших мам”.

Не люблю я танцевать,
На гармошке играть.
Я лежу на печи,
Кашу ем да калачи.
Так лежать целый день
Мне совсем, совсем не лень.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе. Расположение в зале свободное.

Вступление:

1 такт — выставить правую ногу на пятку, вернуться в И.П.

2 такт — то же левой ногой,

3-4 такты — повторение движений 1-2 тактов,

5-6 такты — руки на пояс, правую ногу на пятку, 3 раза ударить носком о пол, не отрывая пятки от пола, на счет “четыре” — встать прямо,

7-8 такты — повторить движения 5-6-го тактов.

1 фигура

Занев:

1 фраза: на слово “Антошка” — наклон вперед, руки вперед;
повторение слова “Антошка” — выпрямиться.

2 фраза: И.П. — стоя, руки согнуты в локтях, кулаки на уровне плеч.
“Пойдем копать” — наклон вниз, руки вниз,
“картошку” — вернуться в И.П.

3-4 фразы: повторение движений 1-2 фраз.

Припев:

1 фраза: на слова: “Тили-тили” — выставить правую ногу на пятку, руки направо, ладони раскрыть (жест вопроса), затем встать прямо.

2 фраза: на слова “Трали-вали” — то же влево, затем встать прямо.

3 фраза: “Это мы не проходили” — повороты туловища вправо-влево, свободные руки болтаются из стороны в сторону (“тряпочные куклы”).

4 фраза: “Это нам не задавали” — повторение движений 3 фразы.

5 фраза: “Па-рам-пам-пам” — руки на пояс, правую ногу на пятку, 3 раза ударить носком о пол, не отрывая пятки от пола. На счет “четыре” — встать прямо.

6 фраза: “Па-рам-пам-пам” — то же левой ногой.

2 фигура

Занев:

1 фраза: “Антошка” — наклон вперед, руки вперед,
повторение слова “Антошка” — выпрямиться.

2 фраза: “Сыграй нам на гармошке” — имитация игры на гармошке — 2 энергичных движения.

3-4 фразы: повторение движений 1-2 фраз.

Проигрыш — продолжение “игры на гармошке”. С появлением диссонансов в музыке движения становятся “кривыми”, то есть руки развести не параллельно полу, а с наклоном (играет “Антошка”). С концом этой фразы наклон вниз, руки вниз (Антошка выбросил гармошку) и до конца проигрыша раскачивать расслабленными руками.

Припев: движения повторяются в соответствии с музыкой.

3 фигура

3 куплет

Запев:

1 фраза: на слово “Антошка” — наклон вперед, руки вперед, повторение слова “Антошка” — выпрямиться, руки на пояс;

2 фраза: на слова “готовь к обеду ложку” — вращательное движение кистью — имитация еды с помощью ложки;

3-4 фразы: повторить движения 1-2 фраз, только левой рукой.

Припев:

1 фраза: на слова: “Тили-тили” — правую ногу на пятку, руки направо, ладони раскрыть (жест вопроса), затем встать прямо;

2 фраза: на слова “Трали-вали” — то же влево, затем встать прямо;

3 фраза: “Это, братцы, мне по силе, откажусь теперь едва ли” — энергичная ходьба на месте (исполнять движения с юмором);

4 фраза: “тили-тили-тили-тили” — прыжки на двух ногах на месте, руки на поясе;

5 фраза: “Трали-вали-трали-вали” — прыжки на двух ногах;

6 фраза: “Па-рам-пам..” — прыжок, ноги в стороны, руки в стороны, “пам” — прыжок — ноги вместе, руки вниз;

7 фраза — повторение движений 6 фразы;

8 фраза — “Па-рам” — прыжок, ноги в стороны, руки в стороны, “пам” — прыжок — ноги вместе, хлопок над головой, “пам” — прыжок на месте, руки вниз.

23. Вместе весело шагать

Музыка В. Шаинского

Задачи: формирование навыков ходьбы, исполнения ритмичных подскоков, развитие чувства ритма, координации движений.

Рекомендуется использовать как вводную часть физкультурного или музыкально-ритмического занятия, а также включать в комплекс утренней гимнастики.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят в колонне друг за другом.

1 фигура

1 куплет

Припев: энергичные подскоки друг за другом.

Запев: переход на энергичную ходьбу.

1 фраза: на слова “спой-ка с нами” — не останавливаясь, руки в стороны, далее “перепелка” — руки вверх, “перепелочка” — руки в стороны и вниз.

2, 3, 4 фразы — повторить те же движения.

На слово “пе-сен-ка” — шаг на месте, руки плавно через стороны вниз, в конце — поворот в другую сторону.

2 и 3 фигуры — движения повторяются с изменением направления.

Проигрыш: дети двигаются на поскоках врассыпную, с концом проигрыша останавливаются в свободном расположении.

Припев: ходьба на месте, с концом музыки — четкая остановка.

24. Мячик

Музыка М. Минкова

Задачи: развитие выразительности движений, образного мышления, чувства ритма. Формирование навыков кружения на месте на поскоках, развития координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации. Тренировка подвижности нервных процессов, умения сочетать движения с музыкой в быстром темпе.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия. Может использоваться в программе спортивного праздника, а также при обыгрывании темы “Наши любимые игрушки” на интегрированном занятии.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе. Расположение в зале свободное.

1 фигура

1 куплет

Запев: имитация отбивания мяча о пол — обеими руками. Особое внимание обратить на движения кисти, которые должны быть энергичными, упругими и пружинящими. Можно не стоять на месте, а передвигаться, как бы следуя за мячом.

Припев: И.П. — стоя, руки на поясе.

1 фраза: на слова “А на кого он еще похож?” — наклон вперед, руки вытянуть (жест вопроса);

2 фраза: на слово: “Догадайтесь” — полуоборот вправо, правой рукой “спросить”, то есть руку согнуть в локте, кисть развернуть вправо, затем вернуться в И.П., “Догадайтесь” — то же в другую сторону;

3 фраза: на слова “на зебру” — пружинящее движение, имитирующее позу лошади (импровизация);

4 фраза: на слова “на землю” — так же на “пружинке” показать руками шар — как будто держат глобус;

5 фраза: на слова “на мальчишек” — импровизация позы мальчишек (например, руки на поясе, полуоборот направо и налево на “пружинке”);

6 фраза: на слова “А еще он похож” — кружение шагом на месте, руки слегка разведены в стороны,
“на меня” — остановиться, показать на себя (руки к груди);

7 фраза: “Потому что веселый” — прыжки ножницами или на двух ногах в соответствии с ритмом музыки.

8 фраза: продолжение прыжков и на слова “Он похож” — прыжок — ноги врозь, руки в стороны;

на слова “на меня” — прыжок — ноги вместе, руками показать на себя (руки к груди).

Повторение музыки: кружение на месте на поскоках, руки наверху (как будто держат мяч).

На слова “Он похож на меня” – прыжок – ноги врозь, руки в стороны, затем прыжок – ноги вместе, руками показать на себя (руки к груди).

2 фигура

2 куплет

Проигрыш и запев 2-го куплета – на беге перестроиться в круг и до конца запева широкий бег с захлестом.

Припев: повторение движений предыдущего куплета, только стоя по кругу лицом к центру.

На заключительный аккорд – прыжок на двух ногах на месте, руки вверх (как будто с мячом).

25. Кукляндия

Музыка П. Овсянникова

Задачи: развитие выразительности движений, творческого воображения, способности к импровизации, а также подвижности нервных процессов (быстроты реакции), координации движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия. Обыгрывается тема “Игрушки”.

Мы хотя и заводные,
Но почти что как живые.
Любим мы с детьми играть,
Не даем мы им скучать.
Только нас не обижайте,
Не ломайте, не теряйте.
Лучше будем мы дружить,
У вас на полке долго жить.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. – стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Вступление:

Импровизация плясовых движений в образе заводных игрушек. Например:

на 1-2 фразы танцуют обезьянки и другие зверюшки,

на 3 фразу – едут “автомобильчики” – 4 топающих шага вперед, в руках – “баранка” (слегка поворачивать), затем 4 шага назад таким же образом,

на 4 фразу танцует Буратино (импровизация характерных движений).

1 куплет

Запев:

1 предложение

1 фраза: на счет “раз” – правую руку направо, “два” – левую руку налево, “три” – правую руку вперед, на счет “четыре” – левую руку вперед;

2 фраза: повторение движений 1-й фразы в обратной последовательности;

3-4 фразы: И.П. – стоя, руки согнуты в локтях, ладони у головы раскрыты и повернуты вперед. На слова “глаза их удивлением полны” – наклоны туловища вправо-прямо и влево-прямо в соответствии с ритмом музыки (2 раза в каждую сторону).

2 предложение

1-2 фразы: на счет “раз” — поворот направо, правую ногу на пятку, ладони внизу раскрыты, на счет “и” встать прямо, на счет “два” — то же налево, “и” — встать прямо.

Повторить 2 раза.

3-4 фразы: кружение на месте шагом на прямых (кукольных) ногах, руки приподняты над головой, кисти закруглены (“кукольные” руки).

Припев:

1-2 фразы: на слова “кукляндия, кукляндия, волшебная страна” — импровизация плясовых движений в образе игрушек;

3 фраза: 4 подскока с продвижением вперед, руки плавно вверх, затем 4 подскока назад, руки плавно вниз;

4 фраза: на слова “туда пускают маленьких, а взрослых” — кружение на месте подскоками, руки внизу, движения энергичные, на слова “никогда” — остановиться, покачать указательным пальцем правой руки (отрицательный жест).

Проигрыш: импровизация плясовых движений (например, “выбрасывание ног”).

2 куплет**1 предложение**

1 фраза: на счет “раз” — правую руку направо, “два” — левую руку налево, “три” — правую руку вперед, “четыре” — левую руку вперед;

2 фраза: на счет “раз” — наклон вниз, коснуться пальцами правой руки пола, “два” — то же левой рукой, на счет “три” — выпрямиться, правую руку вперед, “четыре” — левую руку вперед.

2 предложение: движения повторяются, как в 1-м куплете.

Припев: движения повторяются.

Проигрыш: повторить движения, как на вступление.

3 куплет

Запев:

2 предложение

1-2 фразы: на слово “грустить” — наклон вниз, руки внизу расслабленно болтаются; на слова “и смеяться” — выпрямиться, улыбнуться, расправить плечи.

Повторить 2 раза в соответствии с музыкой и словами.

3-4 фразы: на слова “и даже слово” — 4 шага на прямых ногах вперед, “Ма-ма” — произнести это слово. Наклон вперед, руки вперед, на слово “говорить” — выпрямиться, отойти мелкими шагами назад, руки опустить.

2 предложение

1-2 фразы: на счет “раз” — поворот направо, правую ногу на пятку, ладони внизу раскрыты, на счет “и” встать прямо; на счет “два” — то же налево, на счет “и” — встать прямо.

Повторить 2 раза.

6-8 фразы: кружение на месте шагом на прямых (кукольных) ногах, руки приподняты над головой, кисти закруглены (“кукольные” руки).

Припев: движения повторяются.

Заключение — несколько шагов на прямых ногах назад, наклон и “застыть” (импровизация позы в образе игрушки).

26. Танец Кукол и Мишки

Музыка Д. Кабалевского

Задачи: развитие выразительности пластики, творческого воображения, чувства ритма, точности, ловкости и координации движений, памяти, внимания, быстроты реакции. Освоение шага “с каблучка”.

Предварительная работа: освоения шага “с каблучка”, приставного шага.

Рекомендации: данный сюжетный танец можно включать в программы праздничных утренников, развлечений, интегрированных занятий на тему “Игрушки”.

В танце участвует произвольное число девочек — Кукол (5-12 детей) и один Мишка.

Вариант исполнения: все девочки — Куклы, а все мальчики — Мишки.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

1-8 такты: Куклы идут по кругу шагом “с каблучка”, заводят круг.

2 фигура

1-2 такты: выставить правую ногу на пятку — 2 раза, руки внизу, ладони 2 раза повернуть вперед;

3-4 такты — то же левой ногой;

5-6 такты — движения повторяются:

7-8 такты — кружение на месте топающим шагом.

3 фигура

Выходит Мишка, несет что-то “вкусное” (бочку с медом, корзину с ягодами и др.), заходит в центр круга и останавливается, ставит на пол свое угощение.

Куклы в это время стоят на месте, выполняя полуоборот вправо-влево на “пружинке”, руки “полочкой”, палец правой руки упирается в щечку.

4 фигура

Мишка пляшет (импровизация), а Куклы идут по кругу приставным шагом, покачивая головами; руки внизу. Ладонки в момент шага раскрываются, в положении “нога приставлена” поворачиваются тыльной стороной к туловищу. На последний такт Мишка кружится на месте, затем садится на пол. Куклы в этот момент отходят назад спиной, расширяя круг.

5 фигура

Мишка “лакомится”, сидя на полу.

Куклы подходят к нему (4 шага с каблучка), на последний счет наклоняются, протянув ладони вперед. Мишка сердито рычит, Куклы с обиженными лицами отходят назад (4 шага).

Эти движения повторяются 2 раза.

На последний такт этой части Мишка встает и подходит к Кукам.

6 фигура

Куклы стоят по кругу лицом к центру. На счет “раз” протягивают обе ладонки вперед, слегка наклоняясь.

На счет “два” — прячут ладонки за спину. Так повторяется до конца этой части.

Мишка в этот момент обходит Кукол внутри круга, “угощая” их на каждую сильную долю (4 раза).

7 фигура

Мишка (увидев, что угощения остается мало) выходит из круга и отходит от Кукол на передний план (поближе к зрителям). Куклы идут за ним следом гурьбой шагом с “каблучка”.

8 фигура

Мишка пляшет лицом к зрителям (импровизация).

Куклы стоят позади него полукругом, выполняя движения 2-й фигуры.

На последний такт все кружатся на месте. С концом музыки Куклы кланяются Мишке и зрителям, а Мишка – Куклам, протягивая им “угощение”.

27. Полька

Болгарская плясовая мелодия “Кремена”, музыка А. Арскос

Вариант 1 — танцевальное упражнение

Задачи: развитие чувства ритма, быстроты реакции, умения быстро перестраиваться в пространстве.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы детских праздников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

И.П. — стоя по кругу, держась за руки.

Музыка А

Бег “с захлестом” по кругу.

Музыка В

И.П. — стоя лицом к центру круга, руки внизу.

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверху),

2 такт: 3 хлопка в ладоши с партнерами по кругу — руки отведены в стороны.

Повторять эти движения до конца музыки В.

2 фигура

Музыка А

Бег в другую сторону (высокий бег).

Музыка В

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверху),

2 такт: полуоборот направо, правая нога в сторону на пятку, показать “нос”.

Повторять эти движения до конца музыки В.

3 фигура

Музыка А

Бег “с захлестом” по кругу.

Музыка В

1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать к центру круга, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз.

Все движения повторить 2 раза.

4 фигура

Музыка А

Бег врассыпную.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать вперед, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз.

Все движения повторить 2 раза.

В конце — притоп правой ногой, руки вверх.

Вариант 2 – парная пляска

Задачи: развитие чувства ритма, ориентировки в пространстве, создание приподнятого настроения.

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников, вечеров развлечений. Можно предложить исполнить детям и их родителям на семейном празднике.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

И.П. — дети стоят парами по кругу.

Музыка А

Бег “с захлестом” по кругу парами.

Музыка В

И.П. — стоя лицом друг к другу, руки внизу.

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой (или: внизу — перед собой — наверху);

2 такт — поменяться местами на беге, соединив правые руки (ладошка к ладошке).

Повторять эти движения до конца музыки В.

2 фигура

Музыка А

И.П. — мальчик опускается на одно колено, подает правую руку девочке, левая рука за спиной.

Девочка обегает мальчика, соединив с ним правые руки. К концу музыки А оба поднимаются.

Музыка В

Повторять движения музыки В 1 фигуры.

3 фигура

И.П. — стоя в общем круге.

Музыка А

Бег “с захлестом” по кругу, держась за руки.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт — подбежать к центру круга, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз.

Все движения повторить 2 раза.

4 фигура

Музыка А

Бег змейкой за назначенным ведущим по направлению к зрителям.

Музыка В

1 такт — 3 хлопка в ладоши перед собой.

2 такт — подбежать вперед на зрителя, руки плавно вверх,

3 такт — 3 хлопка наверху,

4 такт — отбежать назад, руки плавно вниз.

Все движения повторить 2 раза.

В конце — притоп правой ногой, руки вверх.

Вариант 3 – игра

Задачи: развитие внимания, быстроты реакции, способности к импровизации, координации движений, развитие адекватной оценки и самооценки.

Рекомендуется включать в занятия, программы утренников, а также как физкульт-минутку или перемену в школе.

ОПИСАНИЕ ИГРЫ

Выбирается 4 ведущих, которые придумывают себе игровой образ (например, Буратино, Мальвина, Чебурашка, Кот Леопольд и др.). Этот выбор можно осуществить путем считалки, жребия, фантов и другими известными способами.

Далее игра проводится по типу “Зеркала”. Это происходит следующим образом.

Музыка А

Все дети (в том числе и ведущие) бегут по кругу.

Музыка В

В центр круга выбегает 1-й Ведущий и показывает любые движения, в соответствии со своим образом и музыкой. Остальные дети останавливаются и пытаются точно исполнить все движения, которые показывает Ведущий. Далее все повторяется следующим образом: На *музыку А* каждой фигуры исполняется бег, только каждый раз меняется направление бега. А на *музыку В* выходят, соответственно, другие ведущие (поочередно на каждую фигуру), которые показывают “свои” движения.

В конце игры можно предложить Конкурс лучших плясунов. Оцениваются:

1. Соответствие движений образу.
2. Соответствие движений музыке.
3. Нестандартность, оригинальность пластики (творчество).
4. Координация, ловкость и точность исполнения движений.

Эту оценку осуществляет педагог, либо под его руководством — все дети.

28. Танцуйте сидя

Музыка Б. Савельева

Музыкально-ритмическая композиция

Задачи: развитие координации движений, чувства ритма, произвольного внимания, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические занятия, а также использовать как физкультминутку на любых видах занятий.

Примечания.

1. Все движения исполняются по показу педагога или старшего ребенка.
2. После разучивания данного варианта детям предлагается придумать свои движения к этой песне, при условии исполнения упражнения в положении сидя на стульчиках.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Вступление:

Повороты туловища вправо — влево, не отрывая ног от пола. Руки свободны, по инерции закидываются назад в стороны поворота (на каждый счет, всего 4 раза).

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки согнуты в локтях перед грудью.

1-4 фразы: на счет “раз-и” — 2 раза отвести локти назад,

на счет “два-и” — полуоборот туловища направо, правую ногу на пятку, 2 раза отвести прямые руки назад.

Повторить эти движения влево, затем еще раз вправо и влево. Всего по 2 раза в каждую сторону.

2 предложение

1-2 фразы: на счет “раз-и” — скрещивающееся маховое движение руками справа-внизу — 2 раза,

на счет “два-и” — то же слева.

Повторить все 2 раза.

3 фраза: скрещивающееся маховое движение руками снизу вверх;

4 фраза: кружение на месте шагом, руки наверху.

Припев:

на слова “руки на пояс” — руки на пояс, полуоборот направо на “пружинке”, повторение слов — полуоборот налево,

на слова “поставьте вначале” — повторить те же движения,

“вправо” — наклон туловища вправо,

“и влево” — выпрямиться.

Повторение слов — те же движения влево — всего 4 раза.

“Вы потянитесь, вы потянитесь” — наклон вниз, коснуться пальцами пола — 3 раза в соответствии с ритмом:

на “раз” — к носкам правой ноги,

на “два” — посередине,

на “три” — к носкам левой ноги,

на “четыре” — выпрямиться.

Повторить эти движения 4 раза.

На слова “А напоследок” — на “раз” потянуться руками вправо-вверх, пальцы вытянуть, на “и” — руки к плечам, локти согнуть, пальцы в кулаки.

Повторить движения по 4 раза в каждую сторону до конца припева, повторяя звукоподражание вместе с фонограммой (ответы).

Проигрыш — движения как на вступление.

2 фигура

2 куплет

Запев:

1 предложение

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, правая рука поднята вверх, локоть согнут, большой палец назад, левая прямая внизу.

1 фраза: “Если в гостях вы ” — 2 раза на “пружинке” потянуться руками назад,

“Станцуете сидя” — поменять положение рук и повторить движения.

2 фраза: “Каждая мама вам скажет” — повторить движения.

На слово “спасибо” — наклон вперед, развести руками и произнести слово “спасибо”.

3 фраза: “Вазу локтями никто не заденет” — руки к плечам, — полуоборот туловища на “пружинке” направо и налево.

4 фраза: на слова “не придется пыль” — кружение на месте на носках, руки наверху.

2 предложение

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки согнуты в локтях.

1 фраза: на “раз” — коснуться правым локтем левого колена (поднять ногу), “два” — ногу опустить,

“три” — мах правой ногой вперед, хлопок в ладоши под коленом,

“четыре” — вернуться в И.П.

2 фраза — повторить движения другой ногой.

3 фраза: на “раз” — мах правой ногой (коснуться носком пальцев левой руки), на “два” — вернуться в И.П.,

на “три” — “четыре” — то же левой ногой,

4 фраза — твистовые движения.

Припев: повторить движения в соответствии с музыкой и текстом (описанные выше).

Проигрыш: импровизация движений в соответствии с характером музыки.

Припев: повторение движений.

Повторение припева: движения повторяются самостоятельно (без показа педагога).

Заключение: повороты туловища вправо-влево и раскачивание свободными руками, в конце — наклон вниз, расслабить руки.

29. Кошка и Девочка

Песня “Расплата”, литовская народная мелодия

Этюд

Задачи: развитие творческого воображения, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и интегрированные занятия, а также в занятия по театральной деятельности.

Последовательность разучивания. На первом занятии дети слушают песню, беседуют с педагогом о ее содержании. Далее педагог выясняет, у кого из детей есть дома кошка и как она себя ведет, когда напроказничает и ее наказывают. Дети рассказывают об этом. На последующих занятиях воспитатель вместе с детьми подбирает жесты, позы и движения, соответствующие тексту песни. Затем дети выбирают роли (Кошки или Девочки) и пытаются обыграть содержание песни.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят парами по кругу или свободно, заранее определив, кто исполняет роль Кошки, а кто — Девочки.

1 куплет

1-4 такты: держась за руки, меняются местами — на шагах.

Далее по тексту:

Девочки на слова “Что ж ты под столом играла!...” — наклон вперед, руки

вперед, затем выпрямиться.

“Ты лизнула мою кашку...” — имитация движений “кошка умывается” — поочередно правой и левой рукой, ноги слегка пружинят.

“И разбила мою чашку...” — наклон вниз, руки свободно раскачиваются вниз.

“Я тебя ведь проучу...” — Девочка грозит пальчиком поочередно то правой, то левой руки.

“Тем же самым отплачу...” — притопы с полуоборотом направо и налево, руки на поясе.

Ребенок, исполняющий роль Кошки, показывает, как его персонаж реагирует в данной ситуации — в зависимости от задуманного характера Кошки (ласковая, агрессивная, стеснительная и т.д.).

При повторении куплетов на 1-ю фразу дети меняются (на шагах) местами, затем Кошка исполняет все движения по тексту (повторяет то, что выполняла Девочка), а Девочка соответственно играет свою роль — импровизирует позу, мимику и движения в соответствии с игровой ситуацией и задуманным характером:

Все эти движения повторяются 4 раза — 2 раза Девочка “ругает” Кошку и 2 раза Кошка “ругает” Девочку. На 5-й раз Девочка берет Кошку за “воротничок” и, грозя пальчиком, отводит на место.

30. Веселая пастушка

Французская народная песня “Веселая пастушка”

Задачи: развитие координации, слухового восприятия и движений, создание положительной эмоциональной атмосферы, воспитание ласкового, теплого отношения друг к другу.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия.

И.П. — дети стоят в двух шеренгах вдоль боковых стен. 1-я шеренга — Пастушки, 2-я — Кошки.

1 куплет

Пастушки — 4 шага вперед, на “тра-ля-ля-ля” поочередно выставляют правую и левую ноги на носок, слегка пружиня, руками держась за юбочку.

На повторение последней фразы 1-го куплета (“... и песенку поет”) — на шагах повернуться на месте.

Кошки в это время стоят на месте.

2 куплет

Пастушки стоят в шеренге на месте и выполняют полуоборот на “пружинке”, держась руками за юбки.

Кошки — 4 шага вперед, руками перед собой имитируют “кошачьи” движения, на “тра-ля-ля” — стоя на месте, “умываются”, слегка пружиня ногами.

На слова “хватает” — имитация этого движения.

На повторение последней фразы — кружение на шагах на месте.

3 куплет

И.П. — стоя в шеренгах вдоль боковых стен, лицом друг к другу.

Идут навстречу друг к другу шагом, соответствующим игровому образу.

Перед повторением последней фразы останавливаются парами по центру зала, берутся за руки, на шагах меняются местами и в конце обнимаются (Пастушка и ее Кошка любят друг друга, поэтому Пастушка прощает “съеденный” сыр своей любимой Кошечке).

31. Все мы делим пополам

Музыка В. Шаинского

Музыкально-ритмическая композиция

Задачи: развитие музыкального слуха, внимания, умения ориентироваться “на себе” и “от себя”.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя по кругу парами лицом друг к другу, держась за руки.

1 фигура

Привев: раскачивать сцепленными руками вправо-влево.

Занев:

1 такт: на слова “и дождинки...” — правую руку вверх,

2 такт: “и снежинки...” — левую руку вверх,

3-4 такты: “пополам, пополам...” — держась за руки (наверху), на беге поменяться местами,

5-8 такты — движения повторяются.

2 фигура

Привев: попеременно тянуть на себя то правую, то левую руку, сцепленную с рукой партнера (“пила”).

Занев:

1 такт: на слова “...и смешинки” — полуоборот направо и показать “смешинку”, например, “нос”,

2 такт: полуоборот налево и показать “слезинку”,

3-4 такты: на беге поменяться местами (держась за руки),

5-8 такты — движения повторяются.

3 фигура

Привев: хлопки в ладоши — как игра в “Ладушки”.

Занев:

1 такт: на слова: “Приключенья...” — ребенок, стоящий спиной к центру круга, протягивает вперед руки (ладони вверх);

2 такт: на слова “огорченья” ребенок, стоящий лицом к центру круга, кладет руки поверх ладоней партнера;

3-4 такты — меняются на беге местами;

5-8 такты — движения повторяются.

4 фигура

Привев: взявшись за руки, бегут по кругу.

Занев:

1 такт: на слова “Даже песню...” — протянуть правую руку вперед ладонью вверх;

2 такт: на слова “Делим честно...” — левой рукой хлопнуть по правой ладони стоящего слева;

3-4 такты: качают вперед-назад сцепленными руками, ноги слегка пружинят, начало движения — руки назад;

5-8 такты — движения повторяются.

32. Танец–игра “Найди себе пару”

Музыка М. Спадавеккиа, “Добрый жук”

Разработка Л.Н. Кириковой и А.И.Бурениной

Задачи: развитие чувства ритма, ориентировки в пространстве, коммуникативных навыков, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в различные занятия, программы праздничных утренников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят парами в свободных направлениях.

1 фигура

Музыка А

Хлопают в ладоши — как игра в “Ладушки”.

Музыка В

1 фраза: отходят друг от друга спиной, помахивая руками (жест “до свидания”);

2 фраза: подходят к другим парам (свободно по выбору), подзывая к себе нового партнера (жест “иди ко мне”).

2 фигура

Движения те же, только с новыми партнерами.

3 фигура

Повторение движений.

4 фигура

Музыка А — кружатся в парах на подскоках.

Музыка В — повторение движений.

5 фигура

Повторение движений 1-й фигуры.

6 фигура

Повторение движений 1-й фигуры.

Заключение: кружатся в парах и с концом музыки обнимаются.

33. Волшебный цветок

Музыка Ю. Чичкова

Музыкально-ритмическая композиция

Задачи: развитие музыкального слуха, творческого воображения, умения согласовывать движения с музыкой, а также мягкости, пластичности рук.

Обучение детей самостоятельно перестраиваться в пространстве (становиться враспынную, в небольшие кружки по несколько человек и затем в общий круг).

Рекомендуется включать в различные занятия: музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические, интегрированные. Может включаться также в программы праздничных утренников и вечеров развлечений.

Для оформления рекомендуется использовать “манжеты” из цветных капроновых

лент, пришитых в сборку к резинке, которые надеваются на запястье.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — сидя в группировке (на корточках), голова опущена, руками обхватить колени.

Дети располагаются врассыпную по всему залу — можно представить “чудесное поле”, куда посадили “волшебные” зернышки (рис. 33.1).

Вступление:

1-4 такты: мальчик-“дождик” или девочка с лейкой (к которой прикреплены серебристые дождинки) обегают на носках “волшебные зернышки”;

5-8 такты: мальчик (или девочка) продолжают поливать “цветы”, а дети-“цветы” обхватывают ладонями лицо у подбородка и медленно поднимаются (растут — вдох), затем тянутся руками вверх, становятся на носки и с концом музыкальной фразы опускаются на пятки, руки через стороны плавно вниз (выдох).

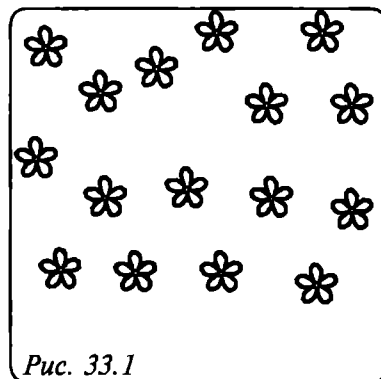


Рис. 33.1

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 фраза — руки плавно спереди вверх, затем плавно вниз.

2 фраза — то же, только через стороны.

3-4 фразы — повторить движения.

5 фраза: на слова “может, там” — 1 шаг вперед и приставить ногу (другой вариант — 3 мелких шага вперед) — руки спереди вверх;

6 фраза: на слова “за седьмым перевалом” — отойти назад, руки плавно вниз;

7 фраза: на слова “самый сказочный и небывалый” — короткие попеременные взмахи руками с подъемом вверх и затем вниз;

8 фраза: на слова “самый волшебный” — руки плавно через стороны вверх, одновременно приподнимаясь на носки (глубокий вдох), “цветок” — опуститься на носки, руки плавно через стороны вниз (выдох).

На повторение слов и музыки движения повторяются (7-8-й фраз).

Припев: И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

1 фраза: на “ля-ля-ля” — поочередное выставление ноги на носок, одновременно полуоборот корпусом вправо — влево в соответствии с движением (локоть вперед);

2 фраза: кружение на носках на месте, руки над головой закруглены в локтях, кисти оформлены. С концом фразы руки перевести на пояс;

3-4 фразы: повторение движений в соответствии с музыкой (то же, что и на 1-2-ю фразы).

2 фигура

2 куплет

Дети перестраиваются в несколько маленьких кружочков — произвольно по несколько человек и берутся за руки (рис. 33.2).

Запев: идут пружинящим шагом (по кружочкам).

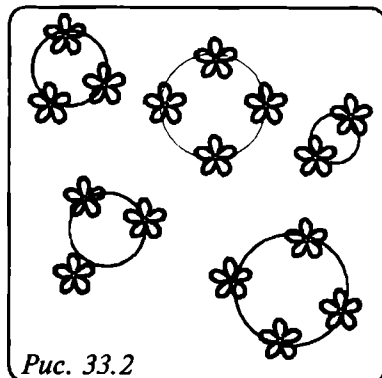


Рис. 33.2

Привев: повторить движения предыдущей фигуры.

3 фигура

Дети перестраиваются в общий круг и берутся за руки.

Занев: идут по кругу пружинящим шагом.

Привев: повторение движений в соответствии с музыкой (лицом к центру круга).

Заключение: мелкими шагам идут к центру, плавно поднимая руки вверх — “собирают большой букет” (рис. 33.3).

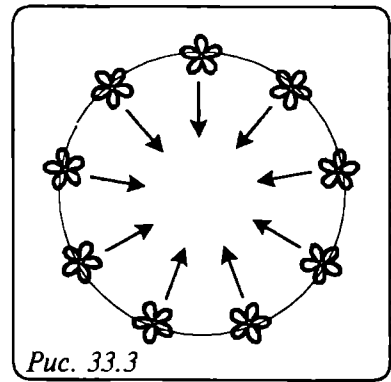


Рис. 33.3

34. Упражнение с цветами

Музыкальная пьеса “Добрая фея” Г. Гладкова

Музыкально-ритмическая композиция

Задачи: развитие музыкальности, способности к импровизации, мягкости, плавности движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, музыкально-ритмические занятия. Композиция может исполняться также на праздниках и вечерах развлечения.

1 фигура

И.П. — дети сидят в группировке, располагаясь по залу врассыпную.

Фея Весны (воспитатель или школьница) под музыку обходит детей, раздавая им цветы (в такт музыки). Ребенок, которому Фея дала цветы, медленно поднимается и импровизирует движения.

Эти движения повторяются до конца 16-го такта (нужно успеть всем раздать цветы).

2 фигура

Дети идут по кругу с цветами, устремляясь за Феей, которая идет внутри круга противоположно, импровизируя движения.

3 фигура

На счет “раз-и-два” — 3 шага к центру круга, постепенно поднимая руки вверх; на “три-и-четыре” — 3 шага назад, руки плавно вниз; на “пять и восемь” — кружение на месте, руки плавно через стороны вверх и вниз. Повторить движения еще раз.

4 фигура

1 фраза: дети перестраиваются на “звездочки” — по 3-4 или 5 человек, соединив правые руки, левые слегка отвести в сторону, кружение в таком положении вправо;

2 фраза: то же, только в другом направлении.

5 фигура

Ходьба в свободных направлениях, на последний такт — медленным шагом подойти к Фее, стоящей в центре зала, поднимая цветы, и с концом музыки опуститься на одно колено.

35. Песенка о лете

Музыка Е. Крылатова

Этюд

Задачи: развитие способности к импровизации под музыку, координации движений. Освоение шага “с каблукча”, бега “с захлестом”.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические и интегрированные занятия как пластический этюд.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят по кругу, держась за руки.

Вступление

Запев: бег “с захлестом” по кругу.

Припев: на “ля-ля-ля” — остановиться, правую руку под козырек — посмотреть вдаль, то же левой рукой (повернуться налево) и затем перейти на ходьбу “с каблукча”.

1 куплет

Запев: на слова “По дороге с песенкой ” и т.д. до конца запева — дети энергично идут шагом “с каблукча”, правая рука согнута в локте, кулак у плеча (как будто держит палку с котомкой или сачок), левая рука опущена.

Припев: на “ля-ля-ля” — “смотрят” вдаль вправо и влево — правая рука под козырек, прогнуться — повернуться вправо, затем влево, кружение на месте, на повторение музыки движения соответственно повторяются.

Проигрыш: импровизация движений в соответствии с характером музыки. На 1-ю часть характер движений легкий, изящный. Это могут быть птички, бабочки и т.д.

На 2-ю часть проигрыша меняется характер образа — это могут быть медведь, Старичок-лесовичок и другие персонажи, которые собирают ягоды, грибы.

3-я часть — снова идут друг за другом шагом “с каблукча”, смотрят “вдаль” направо и налево (2 раза), 1 раз кружатся шагом на месте и поворачиваются по кругу в другую сторону. Бег “с захлестом” по кругу, держась за руки.

2 куплет

Запев: широкий бег по кругу.

Припев: движения соответственно повторяются.

3 куплет

Запев: на слова: “На зеленой солнечной опушке прыгают зеленые лягушки” — прыжки на двух ногах, руки согнуты в локтях, ладони раскрыты (как “лягушки”);

на слова “И танцуют бабочки подружки” — “разлетаются” в свободных направлениях как бабочки. С концом музыки останавливаются в разных позах (“бабочки склонились к цветам”).



3. Музыкально-ритмические композиции третьего уровня сложности

36. Упражнение с осенними листьями

Музыка М. Леграна, мелодия из к/ф "Шербургские зонтики"

Задачи: развитие музыкальности, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

Установка: педагог предлагает детям представить прогулку по осеннему парку.

Важно увидеть прозрачность воздуха, почувствовать красочность и запах осенней листвы.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление — Фея Осени разбрасывает листья по полу.

1 фигура

Музыка А

Дети по одному "гуляют" и собирают осенние листья с пола. Подняв листья, каждый ребенок двигается в свободном направлении (на носках мелким шагом), импровизируя движения в соответствии с характером музыки.

Повторение музыки А

Движение по кругу на носках мелким шагом, плавные движения руками (импровизация).

Музыка В

И.П. — стоя в кругу:

1 такт — шаг вперед, слегка присесть и спрятаться за листья ("ширмочка");

2 такт — шаг назад, руки спрятать назад;

3 такт — повторение движений 1-го такта;

4 такт — на кружении (руки через стороны плавно вниз) вернуться в И.П.

2 фигура

Музыка А

Дети с листьями расходятся врассыпную.

Музыка С

И.П. — стоя лицом к зрителю.

1-2 такты: попеременное сгибание кистей, одновременно поднимая руки вверх и опуская их через стороны, вниз;

3-4 такты: те же движения в обратном порядке;

5 такт: кружение на носках вправо;

6 такт: то же влево;

7-8 такты: повторение движений 1-2-го тактов.

Музыка В

Повторение движений, описанных на музыку В в 1-й фигуре, лицом к зрителю.

Музыка А

Ходьба врассыпную на носках, постепенно найти себе пару.

Музыка С

Кружение в парах “звездочкой”, соединив правые руки.

Заключение — остановиться и “застыть” в любой красивой позе (импровизация).**37. Танец с осенними листьями и зонтиками***Мелодия М. Леграна из к/ф “Шербургские зонтики”*

Осень, осень в городе,
 Все дорожки в золоте.
 Лужи на дорожках,
 Ходят все в сапожках.
 Дождик начинается —
 Зонтик раскрывается.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвует 5-8 пар детей 6-9 лет. Девочки — Осенние листики, мальчики танцуют с зонтиками.

И.П. — мальчики с зонтиками стоят у центральной стены, а девочки стоят у боковых стен зала.

Вступление: дети-Листики поочередно выходят и располагаются свободно.

1 фигура

Музыка А

Листики двигаются в свободных направлениях на носках (мелким шагом), руками импровизируют плавные движения.

Повторение музыки А

Листья останавливаются и стоя импровизируют плавные движения руками.

Дети с зонтиками на носках мелким шагом обходят Листики и подходят каждый к своей паре.

Музыка В

И.П. — дети стоят парами лицом к зрителю, мальчик с зонтиком стоит слева от девочки-Листика.

На “раз” — Листик приседает, делая “ширмочку” (перед лицом), а ребенок с зонтиком закрывает своего партнера, при этом тоже слегка приседает.

На “два” — в И.П.

Повторение этих движений 3 раза соответственно музыке.

На 4-ю фразу дети кружатся в парах на носках, оба держатся за зонтик.

2 фигура

Музыка А

Дети идут на носках мелким шагом и перестраиваются в два concentрических круга: во внешнем кругу — дети-Листики, во внутреннем — дети с зонтиками. Двигаются противоходом.

Музыка С

И.П. — стоя лицом к центру круга.

1 такт: дети-Листики поочередно сгибают руки в кистях, поднимая их вверх и опуская через стороны вниз; дети с зонтиками стоят лицом к центру, зонтик на правом плече, крутят зонтиками.

2 такт: то же, только дети с листьями выполняют движение в обратном направлении (руки через стороны вверх и перед собой вниз, попеременно сгибая кисти);

3 такт: дети-Листики кружатся на носках вправо, руки внизу слегка отведены вправо; затем кружатся влево. Дети с зонтиками, взявшись за руки, кружатся “каруселью”;

4 такт: повторение движений 1-го такта.

Музыка В

1 такт: все дети делают шаг к центру, поднимая руки (поднимают зонтик);

2 такт: шаг назад, руки вниз (зонтик на плечо);

3-6 такты: повторить движения 1-2-го тактов;

7-8 такты: на кружении разойтись в разные стороны и встать парами.

3 фигура

Музыка А

Дети парами “гуляют” (мелкий шаг на носках) в свободных направлениях.

Заключение: кружение в “звездочке”, взявшись за зонтик. С концом музыки мальчики с зонтиками опускаются на колени, а девочки-Листики присаживаются к ним на колени. На последний аккорд мальчик закрывает девочку зонтиком.

38. Танец с зонтиками

Музыка А. Петрова к к/ф “Служебный роман”

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце принимают участие 6 девочек с зонтиками и 3 Музыканта (скомороха).

На вступление девочки с зонтиками выстраиваются в две шеренги у центральной стены (в “шахматном порядке”) — см. рис. 38.1.

1 фигура

Музыка А

1 фраза: девочки, стоящие во 2-й шеренге, бегут вперед бегом с “захлестом”, в конце фразы — четкая остановка и небольшое приседание;

2 фраза: вперед бегут девочки, стоящие в 1-й шеренге, выбегают вперед и также останавливаются. Остальные в это время выполняют полуоборот туловищем вправо-влево на “пружинке”;

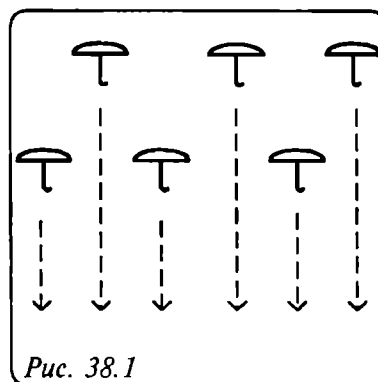


Рис. 38.1

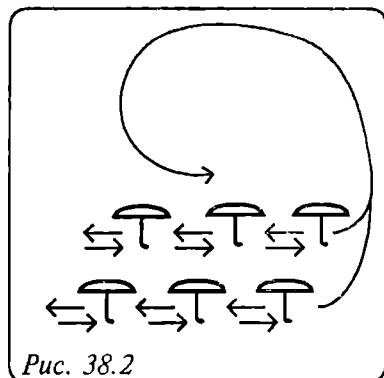


Рис. 38.2

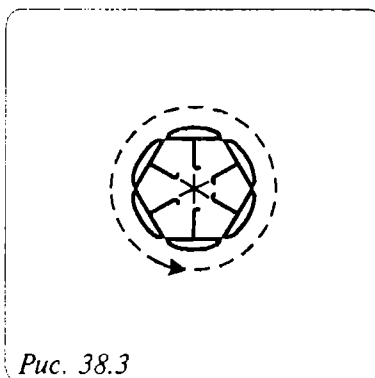


Рис. 38.3

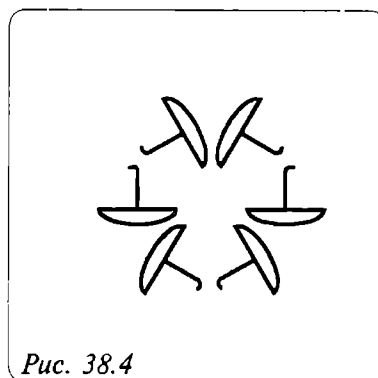


Рис. 38.4

3 фразы: на “раз” — приставной шаг вправо; на “два” — приставной шаг влево; на “три, четыре” — кружение на месте (на беге); на “пять-восемь” — на беге перестроиться в круг. См. рис. 38.2.

Музыка В

И.П. — стоя в кругу, левые руки соединены, правые с зонтиками отведены в стороны (“карусель”). Рис. 38.3.

Кружение “каруселью”, семенящий шаг на носках. Зонтики одновременно плавно поднимать вверх и опускать вниз в соответствии с музыкальной фразой (4 раза поднять и опустить).

Повторение музыки В

И.П. — сидя на пятках по кругу (боком к центру), левая рука на поясе, правая с зонтиком вытянута в сторону направо, зонтик на полу.

В соответствии с музыкальной фразой плавно поднять зонтик вверх, встать на колени. Затем плавно опустить зонтик в И.П., сесть на пятки (4 раза).

2 фигура

Музыка А

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу, боком к центру (рис. 38.4).

На “раз” — выставить правую ногу вперед на носок.

На “и” — вернуться в И.П.

На “два-и” — то же левой ногой.

На “три-и -четыре” — на беге поменяться местами со своим партнером.

Повторять эти движения 4 раза до конца музыки А.

Музыка В

Повторить движения в соответствии с музыкой (как в 1-й фигуре).

В конце музыки В встать и перестроиться парами “воротиками” — 1-я пара по центру, а две остальные пары — по краям (рис. 38.5). У центральной стены друг за другом становятся трое Музыкантов с музыкальными инструментами (бутафорскими).

3 фигура

1 фраза: вперед идет 1-й Музыкант, проходит центральные “воротики”, останавливается перед ними и играет на гармошке в такт музыки (рис. 38.6).

2 фраза: вперед идет 2-й Музыкант, также проходит центральные “воротики”, останавливается перед ними и играет на гармошке. 1-й Музыкант одновременно поворачивает направо, обходит “воротики”, стоящие справа. Проходит в них вперед и играет одновременно со 2-м Музыкантом на гармошке.

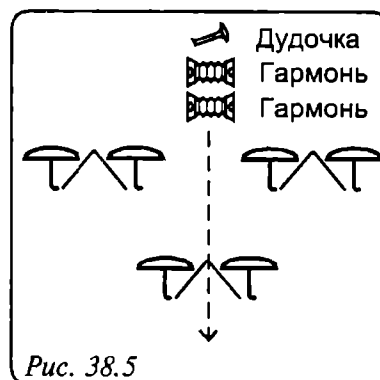


Рис. 38.5

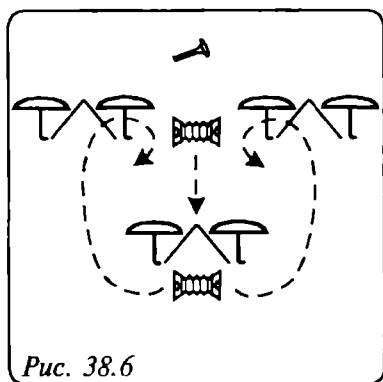


Рис. 38.6

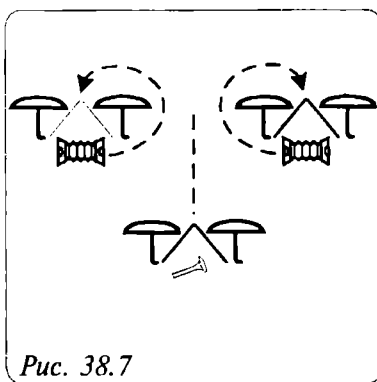


Рис. 38.7

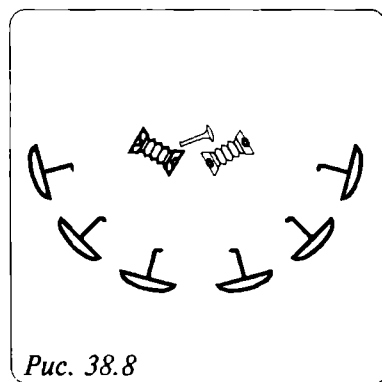


Рис. 38.8

3 фразы: вперед идет 3-й Музыкант, 1-й и 2-й в это время поворачивают соответственно направо и налево, затем каждый проходит через свои “воротики”, останавливается перед ними и играет: 3-й играет на дудочке, а первые двое — на гармошке (рис. 38.7).

Заключение: дети с зонтиками перестраиваются в любую фигуру (например врасыпную, либо становятся тройками), а Музыканты также группируются и останавливаются в характерной позе. Например, Музыкант с дудочкой — посередине, а двое с гармошками — по краям (рис. 38.8).

Примечание. Заключительную “картинку” необходимо вместе с детьми обсудить, еще лучше — нарисовать. Затем рассматриваются творческие “проекты” и выбирается наиболее интересный.

39. Осенний парк

Композиция на музыку Е. Доги “Вальс”

Творческая работа музыкальных руководителей г. Боровичи
под руководством А.И. Бурениной

Задачи: развитие музыкальности, пластичности и выразительности движений рук.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия, программы праздничных утренников.

Может исполняться с капроновыми шарфиками.

Установка перед исполнением: “увидеть” музыку, почувствовать ее прозрачность, в первой части (музыка А) — ошутить, может быть, прохладу, а затем услышать, как мелодия становится все стремительней, “горячей”, как она “закручивает” и куда-то увлекает, а затем снова стихает.

В процессе исполнения важно чувствовать свое тело немного “невесомым”, а руки — мягкими, “дышащими”, послушными звукам музыки.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В композиции участвуют 6-12 пар.

1 фигура

И.П. — пары стоят в шеренгах вдоль боковых стен напротив друг друга (см. рис. 39.1).

Музыка А

На счет 1-4 — четыре шага навстречу друг другу, руки плавно вверх.

На счет 5-8 — четыре шага назад, руки плавно вниз.

На счет 9-12 — движения повторяются.

На счет 13-14 — четыре шага вперед, руки плавно вверх, подняться на носки.

На счет 15-16 — отойти назад мелкими шагами, руки через стороны вниз.

На счет 17 — правая рука вверх.

На счет 18 — левая рука вверх.

На счет 19-20 — подбежать к своему партнеру, взяться за руки и покружиться на беге, остановившись парами друг за другом, боком к центру, ноги слегка расставлены.

Музыка В

1-4 — качание в парах вправо -влево (перенос веса тела);

5-8 — руки отпустить, кружение на шагах с продвижением вперед по линии танца (каждый кружится отдельно), на счет “8” снова руки соединить;

9-12 — движения повторяются;

13 — соединить правые руки, шаг вперед;

14 — шаг назад;

15-16 — кружение на беге в “звездочке”;

17-18 — мальчик опускается на колени, девочка, держась за руку мальчика, бежит мелким шагом вокруг него.

2 фигура

Пары становятся в два concentрических круга лицом друг к другу на расстоянии четырех шагов. В этом положении повторяются все движения 1-й фигуры (рис. 39.2).

На последнем такте все перестраиваются в рассыпную.

3 фигура

И.П. — стоя в рассыпную лицом к зрителю. (рис. 39.3).

Музыка А — повторение движений 1-й фигуры.

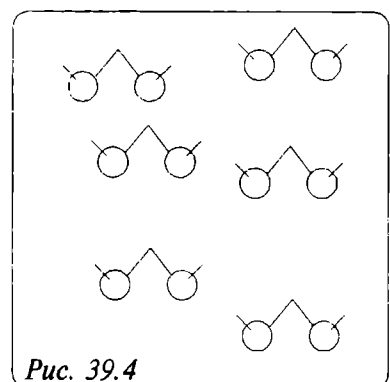
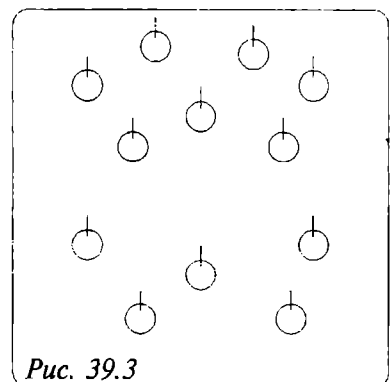
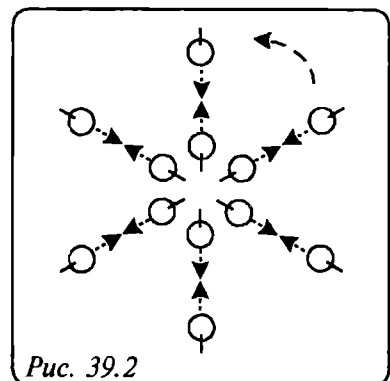
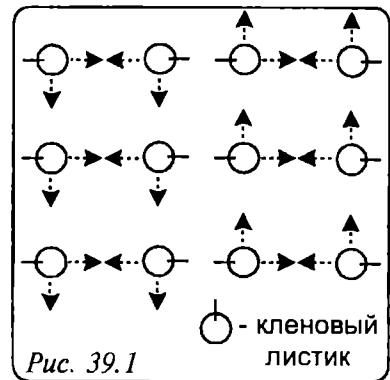
Музыка В

1-4 — качание руками вправо-влево с постепенным подъемом вверх;

5-8 — кружение на месте на носках, руки плавно через стороны вниз.

На заключение встать парами, соединив правые руки “звездочкой”, свободно располагаясь по всему залу.

На последний аккорд отставить левую ногу в сторону на носок, слегка отвести левую руку и посмотреть влево (рис. 39.4).



40. Кукла

Музыка В.Шаинского

Задачи: развитие образного мышления, выразительности пластики, координации движений.

Поскольку фонограмма предлагает два варианта исполнения этой песни — с разным характером, ставится задача восприятия различного характера одного и того же образа — куклы-марионетки — и передачи этих различий в движениях. Особое внимание следует уделить осознанному исполнению контрастных образов — напряженной в движениях куклы и ее мечты — “живой балерины”.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия. Композиция может использоваться как этюд на занятиях по театрализованной деятельности, а также в программах праздничных утренников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу, ладони раскрыты (поза куклы).

Вступление:

на “раз-и-два” — правую ногу на пятку, левая рука слегка вперед, а правая рука — назад — 2 раза;

на “три-и-четыре” — то же, поменяв расположение рук и ног;

на “пять-восемь” — кружение на месте на шагах, не сгибая колен.

Все повторить 2 раза в соответствии с музыкой. В конце фразы — покачивание с ноги на ногу.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 фраза: на слова “на сцене” — правую руку вправо-вверх;

на слова “я жизнью” — то же левой рукой;

“живу” — правая рука вниз;

“настоящей” — левая рука вниз;

2 фраза: те же движения в другом направлении;

3 фраза: наклон вниз, ладони тянутся к полу — на слова “а там за кулисами маленький ящик” — на прямых ногах в положении наклона 4 приставных шага вправо;

4 фраза: на слова “в который меня запирают на ” — то же влево;

на последнее слово “клю-ю-ю-ч” — раскачивание свободными руками внизу (наклонившись к полу).

Припев:

1 фраза: “по ниточке, по ниточке” — 4 шага “с каблучка” вперед, руки утрированно сгибать в локтях, ладони жесткие и прямые;

2 фраза: “ходить я не желаю” — то же назад, только шаг начинается с носка;

3 фраза: “отныне я” — реверанс вправо;

4 фраза: “отныне я” — реверанс влево;

5-8 фразы “отныне я живая” — кружение на месте на носках, руки мягкие;

Повторение музыки — повторение движений.

В конце припева на слова “жива-а-” — руки резко вверх — “-я” — руки опустить.

Проигрыш — импровизация движений в образе Куклы, постепенно перейти в И.П. — ноги на ширине плеч, руки в стороны.

2 фигура

2 куплет

Запев:

1 фраза: на “раз” — на слова “к рукам моим” — потянуться вправо, вес тела — на правую ногу, колено правой ноги слегка согнуть;
на “два” — на слова “тянутся” — то же влево;

2 фраза: “тонкие нити” — повторить эти же движения вправо и влево;

3-4 фразы — повторение движений 1-2-й фраз;

5 фраза: “эй там, наверху” — руки вверх;

6 фраза: “вы меня отпустите” — наклон вниз, руки вниз (расслабленные);

7 фраза: “без нитей невидимых” — руки вверх;

8 фраза: “я обойду-у-у-сь” — наклон, руки вниз, раскачивать руками до конца фразы.

Припев: движения повторяются соответственно музыке и тексту.

Проигрыш — повторить движения, как на вступление.

3 фигура

3 куплет

Запев:

1 фраза: “Но в песне” — правая рука в сторону, “последней” — левая рука в сторону;

2 фраза: “последняя” — правая рука вперед, “нота” — левая рука вперед;

3 фраза: “опять прозвучала” — то же в обратном направлении;

4 фраза: “и стихла...” — правую руку вниз, “тот час” — левую руку вниз;

5 фраза: “И тянет вас словно” — мах правой ногой, левой рукой;

6 фраза: “за руку кто-то” — мах левой ногой, правой рукой;

7-8 фразы: “опять уводя за кулисы” — повторить те же движения;

На последний такт — покачаться с ноги на ногу, руки опущены.

Припев: повторить движения в соответствии с музыкой.

В конце — импровизация движений в образе куклы и на последний аккорд — поклон.

41. Птичка польку танцевала

песня из к/ф “Приключения Буратино”, музыка А. Рыбникова

Задачи: развитие чувства ритма, координации движений, выразительной пластики, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, музыкально-ритмические занятия.

Установка: представить себя в образе кукол из театра Карабаса-Барабаса, показать, как они пляшут. Характер движений — кукольный, шуточный.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

Вступление:

1 фраза: показать “нос” направо, одновременно правую ногу на пятку;

2 фраза: то же налево;

3-4 фразы: кружение шагом (на прямых “кукольных” ногах) на месте, руки вниз.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 фраза: на слово “птичка” — правую ногу на пятку на прыжке, ладони раскрыть, локти ближе к туловищу (рис. 41.1);

“польку..” — вернуться в И.П.; “танцевала” — повторить эти движение еще раз в эту же сторону (всего 2 раза);

2 фраза: “на лужайке в ранний час” — то же в левую сторону, выставляя на прыжке левую ногу (2 раза);

3 фраза: “хвост” — на прыжке повернуться боком к зрителям, лицом налево. Правая рука впереди, ладонь раскрыта, локоть у туловища, левая рука сзади прямая, ладонь раскрыта (имитация “птичьего хвоста”) — рис. 41.2;

“налево” — вернуться в И.П.; “хвост направо” — те же движения с поворотом в другую сторону;

4 фраза: “это полька Карабас” — выбрасывание ног, руки внизу, слегка отведены в стороны;

5 фраза: “два жука” — на “пружинке” полуоборот направо, пальцами имитировать игру на барабане в ритме музыки; “на барабане” — то же влево;

6 фраза: “дует жаба в контрабас” — 4 прыжка на месте на двух ногах, руки плавно через стороны вниз;

7 фраза: “хвост налево” — повторение движений 3-й фразы;

8 фраза: повторение движений 4-й фразы.

Первый проигрыш (плясовой):

1 предложение

1 фраза: 3 хлопка справа;

2 фраза: 3 хлопка слева;

3 фраза: 3 хлопка по коленям (полуприсед);

4 фраза: 3 хлопка перед собой.

2 предложение

1 фраза: 3 притопа с полуоборотом направо (руки на поясе);

2 фраза: то же налево;

3-4 фразы: подскоки на месте;

5 фраза: на “раз” — на прыжке правую ногу на пятку, на “два” — на носок через левую ногу, повторить 2 раза правой ногой, рис. 41.3;

6 фраза: повторить те же движения левой ногой;

7 фраза: на прыжке вперед правую ногу на носок, ударить носком о пол 2 раза, затем левой ногой те же движения;

8 фраза: выбрасывание ног с ударом носком о пол по 1 разу (подряд).

Второй проигрыш (игровой — как вступление)

Повторить движения вступления.

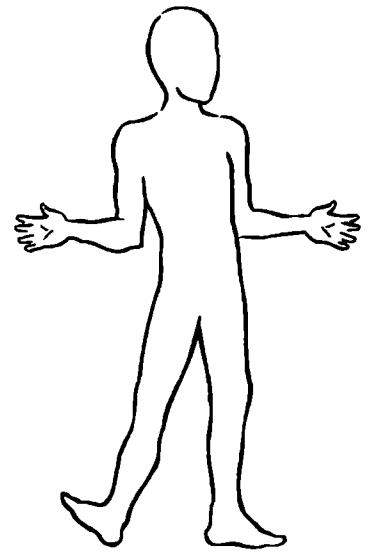


Рис. 41.1

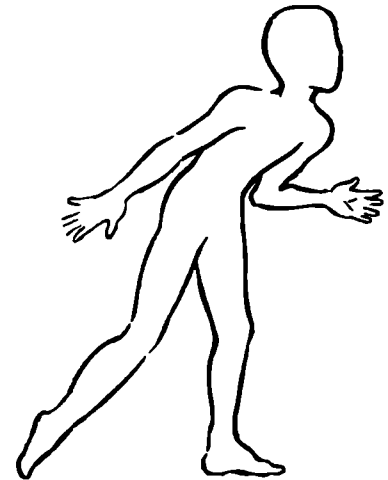


Рис. 41.2

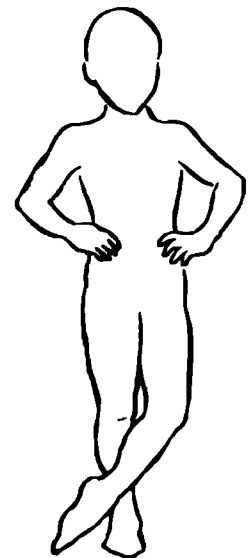


Рис. 41.3

2 фигура

2 куплет

Повторить движения 1-й фигуры. На последний аккорд прыжок на двух ногах, руки вверх.

42. Игра с мячом

Берлинская полька

Задачи: развитие чувства ритма, ловкости, точности движений, быстроты реакции, внимания, памяти.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В игре участвуют дети и Ведущий в роли Клоуна, Карлсона или другого персонажа.

И.П. — дети стоят вдоль боковых стен зала в двух колоннах, а Ведущий — в стороне.

1 фигура

Дети, стоящие в 1-й колонне, заводят круг на подскоках.

Дети, стоящие во 2-й колонне, хлопают в ладоши в соответствии с ритмом музыки.

2 фигура

Дети, стоящие во 2-й колонне, заводят круг на подскоках (вокруг первого круга); остальные хлопают в ладоши в соответствии с ритмом музыки.

3 фигура

Все дети отходят спиной назад шагом, перестраиваясь в общий круг, одновременно хлопая в ладоши в соответствии с ритмом музыки.

В это время Ведущий с мячом заходит в круг и идет (характерной походкой) внутри круга противходом.

4 фигура

Ведущий, стоя в центре круга, играет мячом (подкидывает и т.д.).

Остальные дети двигаются по кругу боковым галопом — 8 шагов вправо и 8 шагов влево.

5 фигура

Ведущий бросает мяч любому ребенку, стоящему в круге, затем ребенок бросает мяч Ведущему. Остальные игроки хлопают в ладоши на сильную долю.

6 фигура

И.П. — сидя на полу, ноги врозь (если нельзя сесть на пол, то можно присесть на корточки).

Ведущий приседает и прокатывает мяч по полу по направлению к одному из детей, сидящих в кругу. Затем мяч посылают назад к Ведущему.

Ведущий следит за тем, чтобы мяч катился в соответствии с музыкальными фразами.

7 фигура

И.П. — все стоят по кругу лицом к Ведущему.

Один из детей задерживает мяч у себя и начинает передавать его из рук в

руки, а Ведущий пытается догнать мяч, который можно перебрасывать, передавать за спиной и т.д.

Игровая задача — не отдать мяч Ведущему. На последний такт (долгий звук) ребенок, у которого оказался в руках мяч, убегает за круг, за ним бежит Ведущий и пытается отнять мяч. Ребенок с мячом должен забежать в центр круга и с концом музыки поднять мяч вверх. Если Ведущий его догонит, то он остается в своей роли, а если не догонит — игра проводится с новым Ведущим.

43. Пляска-игра с Крокодилом Геной

Музыка В. Шаинского

Задачи: развитие музыкальности, чувства ритма, координации и ловкости движений, способности к импровизации, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные и физкультурные занятия, спортивные праздники и развлечения.

В игре участвуют: Ведущий — Крокодил Гена (вначале эту роль может исполнять взрослый или старший ребенок), группа детей 6 -10 лет.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление

Музыка А

- 1 предложение: дети парами двигаются на подскоках по кругу, Крокодил Гена с гармошкой стоит в стороне.
- 2 предложение — кружение в парах на подскоках, взявшись за руки. Рис. 43.1.

Музыка В

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу, ноги вместе, руки согнуты в локтях, ладони вперед.

1 предложение

- 1 фраза: 2 приставных шага вправо, руки одновременно с шагом развести в стороны, в момент приставления левой ноги к правой ладони сомкнуть, на счет “четыре” — хлопок в ладоши;
- 2 фраза — то же влево;
- 3-4 фразы — повторение движений.

2 предложение

- 1 фраза: 2 раза резко поднять правую ладонь вверх, выпрямляя руку на “пружинке”;
- 2 фраза — то же левой рукой;
- 3 фраза: на “раз” — прыжок ноги врозь, руки в стороны, на “два” — прыжок — ноги вместе, хлопок над головой в ладоши;
- 4 фраза — прыжок, руки опустить вниз.

1 фигура

И.П. — встать парами.

Музыка А — двигаются парами по кругу на подскоках, свободно раскачивая сцепленными руками, а Крокодил Гена заходит в круг, садится на стульчик и играет на гармошке. Рис. 43.2.

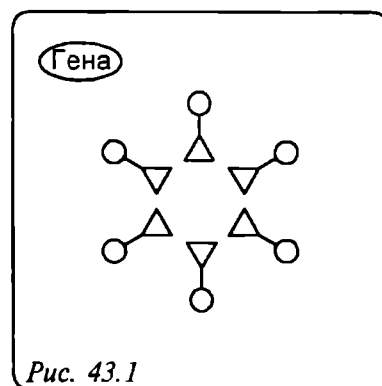


Рис. 43.1

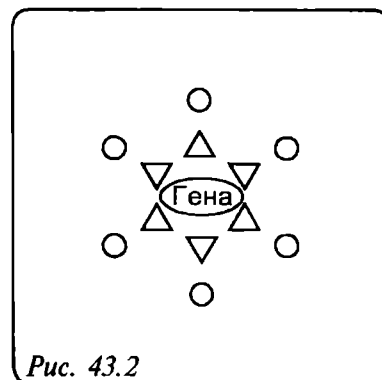


Рис. 43.2

Музыка В — повторить движения, описанные выше на музыку В.

Движения на 2-е предложение повторяются 2 раза в соответствии с музыкой.

2 фигура

Музыка А — каждая пара импровизирует плясовые движения, а Крокодил Гена играет на гармошке.

3 фигура

Все становятся в общий круг, Крокодил Гена также становится в круг вместе с детьми. Рис. 43.3.

Музыка А

1 предложение

1 фраза: 4 шага вперед, сцепленные руки вверх, на счет “четыре” — притоп правой ногой;

2 фраза: 4 шага назад, на счет “четыре” — притоп левой ногой;

3-4 фразы — движения повторяются.

2 предложение

1 фраза: 2 приставных шага вправо, руки дугообразно над головой слева — направо, на счет “четыре” — хлопок в ладоши;

2 фраза — то же налево;

3-4 фразы — повторение движений.

4 фигура

Крокодил Гена и ребенок, стоящий рядом с ним, берутся за руки и, повернувшись лицом друг к другу, делают “воротики”. Остальные дети, двигаясь по кругу на подскоках друг за другом, проходят через “воротики” (рис. 43.4). С концом музыки “воротики” захлопываются (Крокодил Гена со своим партнером опускают руки). Тот, кто окажется “пойманным”, становится новым ведущим — Крокодилом Геной.

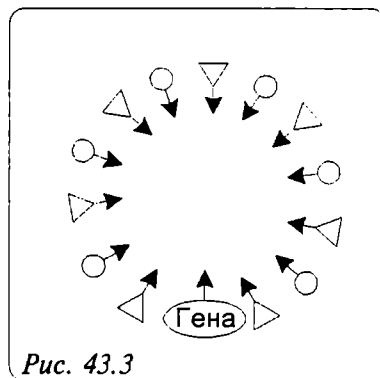


Рис. 43.3

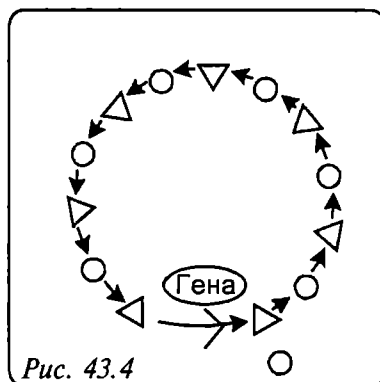


Рис. 43.4

44. Танец Солдатики и Кукол

Музыкальная пьеса Яна Янтера “Маленький Гренадер”

Творческая работа участников семинара г.Краснодара
под руководством А.И.Бурениной

В пляске участвует 17 детей 7-10-летнего возраста: 1 Барабанщик, 8 Солдатики (Гусариков), 8 Кукол (Барышень).

И.П. — Солдатики стоят в двух шеренгах у центральной стены лицом к зрителям. Куклы стоят парами в колонне за шеренгами.

Впереди по центру стоит Барабанщик (см. рис. 45.1).

Вступление: Барабанщик “барабанит”.

1 фигура

Музыка А

1 предложение: Солдатики, стоящие во 2-й шеренге, идут за ведущим и перестраиваются в колонну (см. рис. 45.1).

2 предложение: Солдатики, стоящие в 1-й шеренге, идут за ведущим и перестраиваются в колонну напротив.

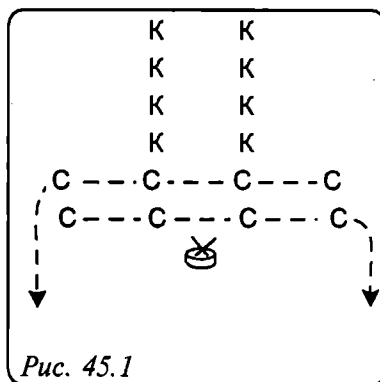


Рис. 45.1

С концом музыки А Солдатики перестраиваются в шеренги вдоль боковых стен зала. Барабанщик в это время стоит и “барабанит”, а Куклы подходят — поближе к Барабанщику.

Музыка В

1 фраза: Барабанщик идет вперед, останавливается на переднем плане. Куклы делают 2 шага вперед, на счет “три-четыре” — смотрят на Солдатиков, приподнимаясь на носки и поднимая плечи (каждая колонна поворачивается в разные стороны).

2 фраза: Куклы снова делают 2 шага вперед, затем слегка приседают, поворачиваются друг к другу и “шепчутся”.

3 фраза — повторение движения 1-й фразы;

4 фраза — повторение движений 2-й фразы.

Музыка С

1 предложение: Куклы, взявшись правыми руками, кружатся “звездочкой” на подскоках.

2 предложение: Куклы поворачиваются лицом к своему Солдатику. Рис. 45.2.

1 фраза: Куклы выполняют реверанс, а Солдатики — шаг-поклон вправо;

2 фраза: то же влево;

3-4 фразы: взявшись правыми руками, кружатся шагом “звездочкой”, в конце перестраиваются в круг (парами по кругу по линии танца — см. рис. 45.3).

2 фигура

Музыка А

1 предложение: идут и парами по кругу за Барабанщиком, который заходит в центр круга (рис. 45.4).

2 предложение

И.П. — все стоят в общем кругу лицом к центру.

1-2 такты — 4 шага к центру круга (рис. 45.5);

3-4 такты — 2 приседания;

5-6 такты — Куклы отходят назад (4 шага), а Солдатики становятся во внутренний круг — спиной к центру и лицом к своей паре (рис. 45.6);

7-8 такты — стоя парами лицом друг другу — 2 приседания.

Музыка В

Солдатики ритмично разводят пятки и соединяют их (на каждый счет).

Куколки выполняют следующие движения:

1 такт — на прыжке 2 раза ударяют носком правой ноги

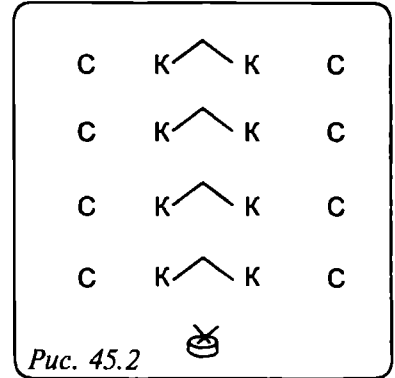


Рис. 45.2

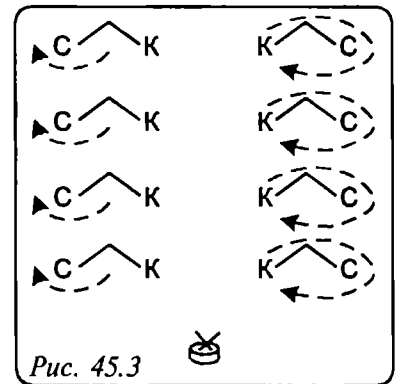


Рис. 45.3

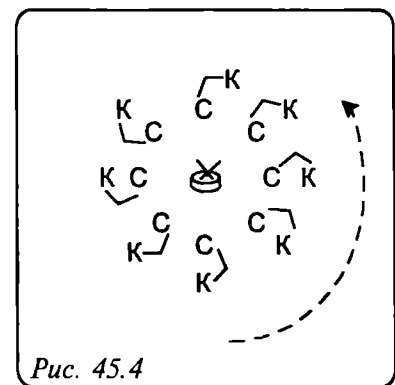


Рис. 45.4

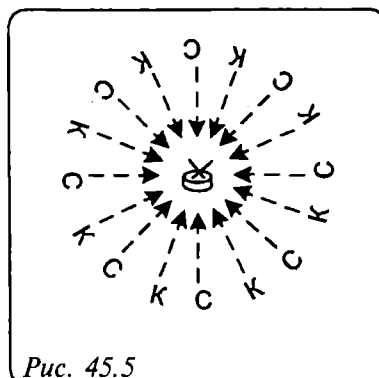


Рис. 45.5

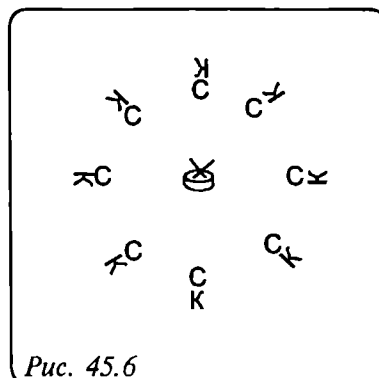


Рис. 45.6

о пол;

2 такт — то же левой ногой;

3-4 такты — поочередно выносят вперед правую и левую ноги и ударяют носком о пол на каждый счет;

5-8 такты — кружение на подскоках на месте.

Музыка С

1 такт — Куклы выполняют реверанс, а Солдатики — шаг-поклон направо;

2 такт — то же влево;

3-4 такты — взявшись правыми руками, шагом меняются местами.

Солдатики поворачиваются лицом в круг и опускаются на правое колено, Куколкам подают правую руку.

5-8 — Куклы на подскоках обходят Солдатов (2 раза). Рис. 45.7.

3 фигура

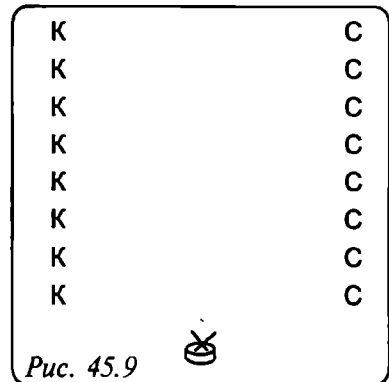
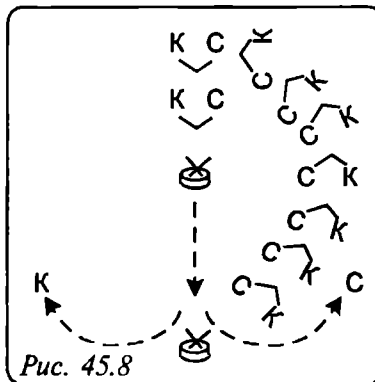
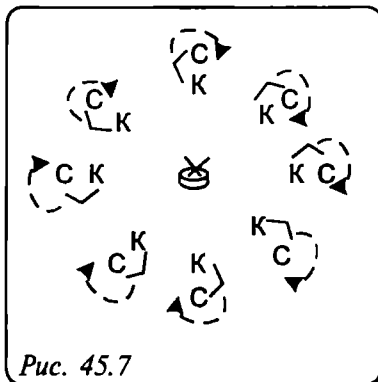
Музыка А

Солдатики с Куклами становятся в пары, Солдатики — внутри круга, правую руку подают Кукле.

1 предложение: все идут парами по кругу, а пара, стоящая за Барабанщиком, идет за ним по центральной линии, выводя остальные пары на колонну (см. рис. 45.8).

2 предложение: Солдатики и Куклы расходятся в разные стороны и перестраиваются в две шеренги вдоль боковых стен зала (рис. 45.9).

На последний аккорд Солдатики отдают честь, а Куклы поднимают вверх платочки.



45. Карнавальное шествие

Музыка Т. Розецкого, "Табакерка Ро-ко-ко"

Творческая работа музыкальных руководителей Ленинградской области
под руководством А.И. Бурениной

Данная композиция может быть использована для входа на праздник или для начала театрального представления. В ней может участвовать большое количество детей — 25-50 человек. Все участники одеты в карнавальные костюмы.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление

Двое ведущих (Клоуны, Скоморохи или другие веселые персонажи) выходят из-за елки или из-за кулис, ширмы и т.д.

1 фигура

Музыка А

Ведущие поворачиваются лицом друг к другу и выполняют все движения одинаково (как в зеркале).

1 предложение

1 такт — правую руку механическим движением перед собой;

2 такт — то же левой рукой;

3 такт — правую руку поднять немного выше;

4 такт — то же левой рукой;

5 такт — правую руку вверх (локоть закруглен);

6 такт — то же левой рукой;

7-8 такты — кружение на носках на месте, руки постепенно вниз.

2 предложение: повторить движения 1-го предложения.

Музыка В

1 предложение: ведущие приоткрывают занавес либо слегка разводят руками (жест “приглашение”), встают в полуоборот к остальным детям, которые начинают идти пружинящим шагом друг за другом, держась за руки, каждый рядом со своей парой, проходят между Ведущими и далее идут “змейкой” по залу.

2 предложение: дети идут по кругу (вокруг елки), Ведущие пристраиваются к последней паре и тоже идут по кругу.

На последнюю фразу музыки В пары берутся за руки, на шагах кружатся и останавливаются лицом друг к другу (в двух концентрических кругах).

2 фигура

Музыка А

1 и 2 предложения: дети, стоящие в парах лицом друг к другу, выполняют движения, описанные в 1-й фигуре (1-8 такты — 2 раза).

Вариант исполнения: импровизация движений в соответствии с образом (Буратино, Мальвины, Клоуна и т.д.).

Музыка В

1 предложение: взявшись правыми руками, кружатся “звездочкой” пружинящим шагом.

2 предложение: кружатся “звездочкой”, соединив левые руки. На последний такт перестраиваются в общий круг.

3 предложение: идут пружинящим шагом по кругу.

4 предложение

1-4 такты — идут к центру круга (елке), поднимая сцепленные руки — 8 шагов;

5-8 такты — отходят назад, руки плавно опускают.

Заключение (после паузы — аккорд): поклон, руки слегка развести в стороны.

46. Танец Колокольчиков

Музыка П. Чайковского, “Танец феи Драже”

Перед началом разучивания танца необходимо внимательно вслушаться в музыку, почувствовать ее “волшебный”, “сказочный” характер, пофантазировать, какие персонажи могут танцевать под эту мелодию. Важно также услышать ритм, который можно, слушая музыку, прохлопать (ти-ти-та — ти-ти-та — ти-ти-та — раз- и — два- и — три).

Этот танец может быть включен в театрализованное Новогоднее представление, например, в сцену, в которой Снежная Королева готовится к встрече Нового года.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 8 детей 6-8 лет. Они одеты в костюмы Колокольчиков, в руках серебряные палочки, к которым прикреплены серебряные нити.

Вступление: дети на носочках выходят друг за другом и выстраиваются в И.П. — стоя парами друг за другом в 4-х группах (см. рис. 46.1).

1 фигура

Музыка А

1 предложение

1-я пара идет вперед на носках (4 шага),
три удара палочками справа (ти-ти-та),
три удара слева (ти-ти-та),
три удара наверху (ти-ти-та),
три удара перед собой (раз- и — два -и -три).

2 предложение: 4-я пара идет вперед и выполняет те же движения.

3 предложение: 2-я и 3-я пары идут вперед и выполняют те же движения.

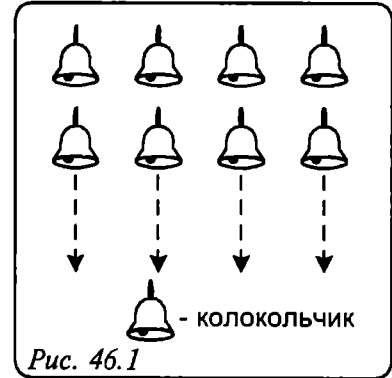


Рис. 46.1

2 фигура

Музыка В

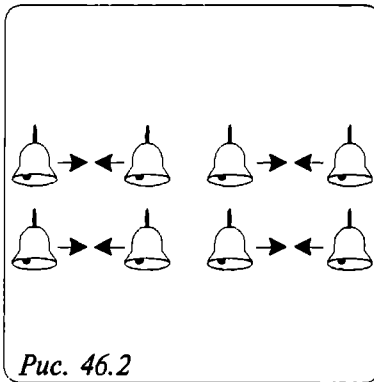


Рис. 46.2

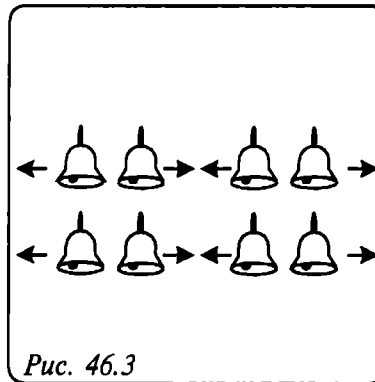


Рис. 46.3

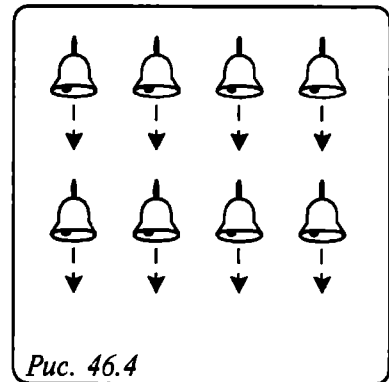


Рис. 46.4

1 фраза: полуоборот к своим парам в шеренгах (см. рис. 46.2) и три удара палочками перед собой (раз-и-два- и- три);

2 фраза: полуоборот в другую сторону (см. рис. 46.3) и также три удара палочками;

3 фраза: поворот лицом к зрителю и также три удара палочками (см. рис. 46.4);

4 фраза: поворот к парам в шеренгах (см. рис. 46.3).

Музыка С

1 предложение:

1-2 фразы: Колокольчики, взявшись правыми руками, меняются "звездочкой" местами шагом на носках (см. рис. 46.5);

3 фраза: И.П. — ноги слегка расставлены, руки внизу. Тянутся руками направо, перенос веса тела направо, левая нога на носок.

4 фраза: то же налево.

2 предложение: повторить движения 1-го предложения (дети снова возвращаются на свои места).

3 предложение: на сильную долю (акцент) все поворачиваются лицом к зрителю, руки внизу. Далее на акценты Снежная Королева может стучать своим жезлом, либо Колокольчики могут делать притоп правой ногой на

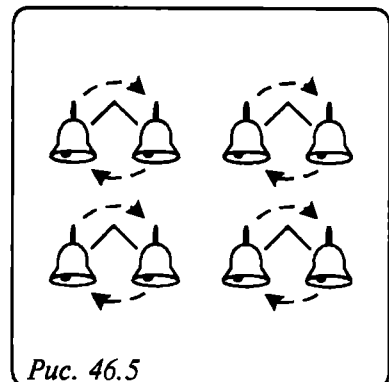


Рис. 46.5

“раз” с продвижением вперед, а на “-и-два” — руки поднимать чуть выше, так 4 раза, пока руки не окажутся наверху.

Музыка С (звучит арпеджио — как “переливы”).

Колокольчики отбегают спиной назад. Руки с палочками, от которых тянутся серебряные нити, впереди колышутся в такт музыке. На последний такт — кружение на носках на месте и перестроение в две шеренги в шахматном порядке.

3 фигура

1 предложение: Колокольчики, стоящие во 2-й шеренге, идут вперед на носках (выполняют движения 1-й фигуры 1-го предложения) — рис. 46.6.

2 предложение: вперед идут Колокольчики, стоящие сзади, и выполняют те же движения.

3 предложение: движения повторяются.

4 предложение:

1 фраза — полуоборот направо, три раза постучать палочками;

2 фраза — то же налево;

3 фраза — поворот лицом к зрителям, постучать палочками;

4 фраза — два шага вперед, ударить палочками и поклониться.

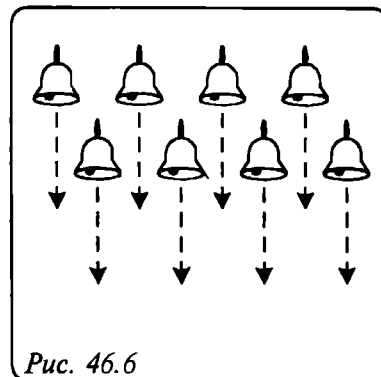


Рис. 46.6

47. Какадурчик

Шуточный танец. Музыка В. Козлова

*Творческая работа музыкальных руководителей г. Боровичи
под руководством А.И.Бурениной*

Установка: представить, как выглядит Какадурчик, показать в движениях, какой он озорной и веселый.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 4-8 пар детей 7-9 лет.

На вступление пары собираются в круг.

И.П. — стоя лицом к центру круга, руки опущены.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 такт — шаг правой ногой вправо, руки слегка развести в стороны;

2 такт — левую ногу поставить скрестно сзади правой, руки скрестить;

3 такт — шаг влево, руки развести;

4 такт — левую ногу приставить, руки опустить.

На слова “И я сегодня туда пойду” — 4 шага “с каблучка” вперед в круг к центру.

На слова “чтоб увидеть там Какаду” — 8 коротких прыжков на двух ногах назад.

Припев:

И.П. — руки согнуты в локтях.

1-2 такты — на прыжках поочередно поднимать согнутую в колене ногу и подтягивать правое колено к левому локтю (по 2 раза) и соответственно левое — к правому;

- 3-4 такты — твистовое движение ;
- 5-8 такт — повторение движений 1-4 тактов;
- 9 такт — чарльстоновое движение правой ногой (2 раза);
- 10 такт — то же левой ногой;
- 11-12 такты — покружиться на месте шагом “вперевалочку”;
- 13-14 такты — твистовое движение.

2 фигура

2 куплет

Запев:

- И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу (боком к центру).
- На слова “я встречу его среди зеленых ветвей” — меняются местами в парах шагом “с каблучка”.
- На слова “спрошу, как дела?” — наклон вперед, руки в стороны-вперед.
- На слова “он мне скажет: “О, кей” — резко поднять вверх правую руку с поднятым вверх большим пальцем, правой ногой одновременно притопнуть.
- На следующую фразу “Спрошу: как живешь?” движения повторяются.
- На слова “Он мне скажет: “Привет” — с притопом хлопнуть правыми руками и, соединив ладоши, на слова “могу танцевать я хоть тысячу лет” — поменяться местами шагом “с каблучка”.
- На *припев* повторяются движения припева 1 куплета, только стоя лицом к своей паре.

3 фигура

3 куплет

Запев.

- И.П. — стоя по кругу лицом к центру.
- 1 такт — скрестный шаг правой ногой, руки тоже скрестно;
- 2 такт — поворот спиной к центру, руки круговым движением вверх, через стороны опустить;
- 3-4 такты — то же повторить и вернуться в И.П.;
- 5-8 такты — повторить движения 1 фигуры.
- Припев* — движения повторяются.
- Проигрыш* — импровизация движений с перестроением врассыпную лицом к зрителям.
- Припев* — повторяются движения припева.
- Заключение:* 2 шага “с каблучка” лицом к зрителям и поклон.

48. Полонез

Старинный бальный танец. Музыка О. Козловского

Задачи: развитие музыкальности, выразительности движений; познакомить детей с жанром старинных бальных танцев, освоить шаг полонеза и характерные для этого танца перестроения.

Установка: представить себя в роскошном бальном наряде (подробно описать, а еще лучше — нарисовать, как выглядит это наряд), выразить в позе и движениях знатных и богатых дам и кавалеров.

ОПИСАНИЕ ТАНЦА

Дети стоят в шеренгах вдоль боковых стен — мальчики справа, девочки слева.
1-2 такты — слушают музыку;

3 такт — мальчики кланяются направо, затем девочки кланяются направо;

4 такт — то же влево;

5-8 такты — идут навстречу друг другу, меняются местами, становятся парами в колонну по центру зала. У мальчика рука за спиной, девочки поддерживают юбочку.

1 фигура

Музыка А

Идут шагом полонеза вперед, затем расходятся на круг — пара направо, пара налево.

Примечание: шаг полонеза исполняется следующим образом: на “и” — плие (присесть) на левой ноге, правую с оттянутым носком вынести вперед, на “раз-два-три” — три шага вперед с правой ноги, далее — то же самое, только с другой ноги.

Этот шаг легче разучивать после того, как освоен переменный шаг. Если дети не могут синхронно и грациозно исполнять шаг полонеза, его лучше заменить на обычный шаг, только в характере музыки (с высоко поднятой головой, слегка оттянутыми носками).

Музыка В

И.П. — стоя лицом друг к другу.

1 такт — на “раз” — шаг навстречу друг другу, соединив правые руки, на “два” — приседание (плие);

2 такт — шаг назад, плие.

3-4 такты — повторение движение 1-4 тактов;

5-8 такты — девочка обходит мальчика, стоящего на правом колене, шагом полонеза, держась за правую руку.

2 фигура

Музыка А

Идут парами по кругу шагом полонеза.

Музыка В

Движения повторяются (как в 1-й фигуре), только движения на 1 — 2 такты исполняются 1 раз (в соответствии с музыкой).

3 фигура

Музыка А

Дети идут по кругу шагом полонеза противходом.

Музыка В

Повторение движений 2-й фигуры. В конце — поклон.

49. Старинная полька

Шуточный парный танец со сменой партнеров

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников и развлечений. Можно предложить исполнять детям с родителями.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 6-10 пар.

И.П. — дети стоят парами по кругу, мальчики — внутри круга, девочки — лицом к ним.

Музыка А

Мальчики хлопают 4 раза в ладоши.

2 такт — шаг назад, руки вниз, опуститься на пятки.

Повторить 2 раза.

Музыка А — повторить движения, описанные выше на музыку А.

В конце Кавалеры и Дамы галантно кланяются друг другу и останавливаются в различных позах.

52. Танец Мотыльков

Музыка С. Рахманинова, "Итальянская полька"

Рекомендуется перед разучиванием движений внимательно прослушать музыку, поговорить о ней, подобрать к ней иллюстрации либо нарисовать их самостоятельно, попробовать спонтанно двигаться. Затем желательно проанализировать структуру (форму) музыки и в соответствии с ней схему танца.

Примечание: поскольку в прилагаемой записи музыки быстрый темп, с которым детям сразу будет трудно справиться, можно вначале разучивать этот танец под фортепианное сопровождение.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 12-16 детей 6-9 лет (Мотыльки).

И.П. — Мотыльки стоят в двух шеренгах вдоль боковых стен зала (см. рис. 52.1).

1 фигура

Музыка А

1 фраза: на "раз-и-два-и" — 2 шага вправо боковым галопом;
на "три-и" — приставить левую ногу к правой ноге;
на "четыре-и" — прыжок на месте на двух ногах.

2 фраза: на "пять — восемь-и" — то же в другую сторону.

3 фраза: на "раз-и" — на прыжке правую ногу вперед на носок, округленные в локтях руки вперед;
на "два-и" — то же левой ногой, руки приподнять повыше;
на "три-и" — снова прыжком правую ногу вперед на носок, руки еще выше;
на "четыре" — поменять прыжком ноги, руки над головой;
на "пять — восемь" — кружение на носках на месте, руки плавно через стороны вниз.

Повторить все движения 2 раза в соответствии с музыкой.

2 фигура

Музыка В

Бег по кругу противоходом (рис. 52.2).

Повторение музыки В

1 предложение — бег в другую сторону.

2 предложение — бег врассыпную, в конце этой фигуры найти свою пару, встать лицом друг

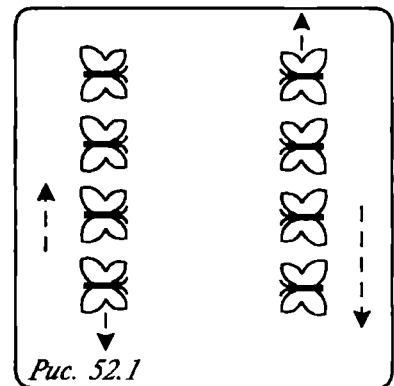


Рис. 52.1

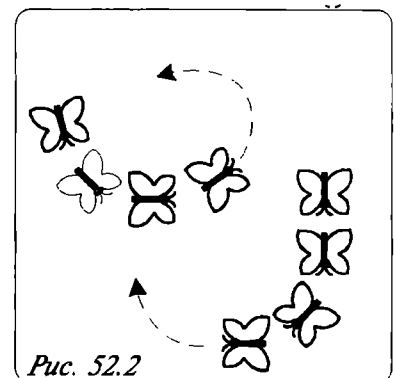


Рис. 52.2

к другу боком к зрителю (см. рис. 52.3).

3 фигура

Музыка С

1 предложение

На “раз-и-два-и” — правую ногу вперед на носок, 2 раза ударить носком о пол.

На “три-и-четыре” — три притопа.

На “пять — восемь” — то же другой ногой.

2 предложение

1 фраза: кружение на месте, руки через стороны плавно вверх и вниз;

2 фраза: три притопа справа;

3 фраза: три притопа слева;

4 фраза: три притопа стоя лицом друг к другу в соответствии с ритмом музыки (упрощенный вариант — кружение на носках на 2-4 фразы).

3 предложение — повторить движения 1-го предложения.

4 предложение — кружение парами, взявшись правыми руками (“звездочкой”) до конца музыки С. После кружения ребенок, стоящий справа, делает шаг вперед к зрителям.

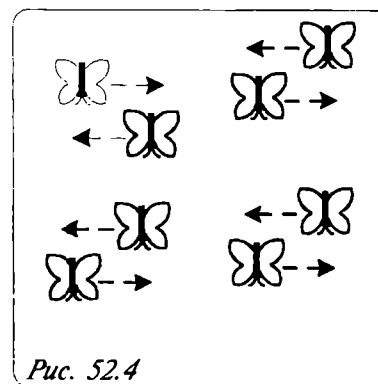
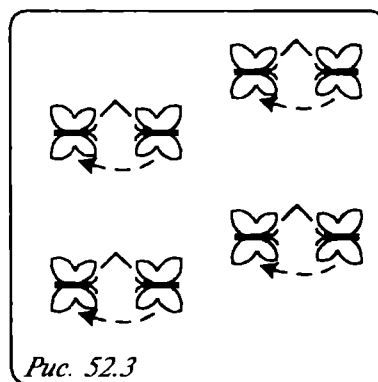
4 фигура

Музыка А

И.П. — дети стоят лицом к зрителю в рассыпную.

Исполняются движения, описанные выше, соответственно 1-й фигуре, только лицом к зрителю и “расческой” (то есть, дети стоящие справа, двигаются налево, а дети, стоящие слева, двигаются направо, а затем наоборот — см. рис. 52.4).

В конце — поклон.



53. Танец Цветов и Бабочек

Музыка Ф. Шуберта, “Вечерняя серенада”

Рекомендуется включать в праздничные утренники, тематические занятия, инсценирование сказок.

Перед разучиванием необходима предварительная работа: прослушивание музыки, подбор красочных иллюстраций к музыке, рисование иллюстраций на эту музыку, свободная импровизация. Можно также предложить выбрать атрибуты для импровизации: шарфы, цветы, ленты и др.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 12-16 девочек-Цветов и 2-3 Бабочки.

Можно включить также Фею (взрослого или старшего ребенка), которая дирижирует волшебной палочкой, подсказывая точное исполнение движений с музыкой.

Дети-Цветы делятся на 4 подгруппы (клумбочки), которые отличаются по цвету, например: белые, голубые, желтые, розовые.

На *вступление* Цветы выходят из 4-х углов и садятся в группировку соответственно в 4 кружочка (см. рис. 53.1).

1 фигура

Музыка А

1 предложение

1 фраза: Цветы 1-й клумбы поднимаются на колени, руки махом вверх и затем продолжают до конца предложения слегка покачивать кистями (встречное движение руками вперед-назад);

2 фраза: то же выполняют Цветы 2-й клумбы;

3 фраза: то же выполняют Цветы 3-й клумбы;

4 фраза: то же выполняют Цветы 4-й клумбы;

5 фраза: все Цветы слегка прогибаются назад спиной, руки также слегка назад;

6 фраза: все плавно опускаются на пятки и садятся в группировку.

2 предложение — повторений движений 1-го предложения.

3 предложение

1 фраза: Цветы 1-й клумбы поднимаются на колени, руки махом вверх и затем продолжают до конца предложения плавно качать руками над головой вправо-влево;

2 фраза: то же выполняют Цветы 2-й клумбы;

3 фраза: то же выполняют Цветы 3-й клумбы;

4 фраза: то же выполняют Цветы 4-й клумбы;

5 фраза: все встают на ноги, кружатся на месте на носках, руки наверху, поворачиваются лицом каждый в свой круг;

6 фраза: останавливаются и опускают руки.

4 предложение (повторение музыки)

1 фраза: шаг к центру круга, руки махом вверх (рис. 53.2);

2 фраза: шаг назад, руки опустить;

3 фраза: повернуться на носках спиной в круг;

4 фраза: руки плавно опустить;

5 фраза: шаг вперед, руки плавно перед собой вверх;

6 фраза: шаг назад, руки опустить.

Музыка В

1 фраза: качание руками вперед-назад на “пружинке”;

2 фраза: то же;

3 фраза: легкая перебежка врассыпную с остановкой в конце фразы;

4 фраза: повторить движения 3-й фразы.

Повторить эти движения 2 раза в соответствии с музыкой, в конце опуститься и сесть на пятки в группировку врассыпную лицом к зрителям.

2 фигура

Музыка А

Повторение движений, описанных на музыку А, только Цветы расположены врассыпную (рис. 53.3) и поднимаются поочередно в соответствии со своим первоначальным номером (можно ориентировать детей по цвету).

В конце фигуры Цветы снова опускаются на пятки.

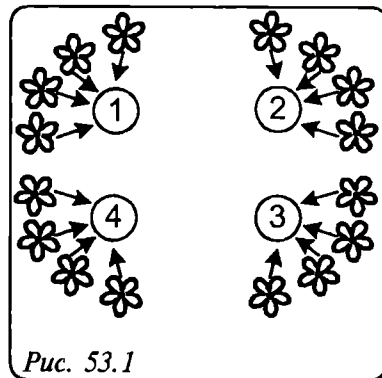


Рис. 53.1

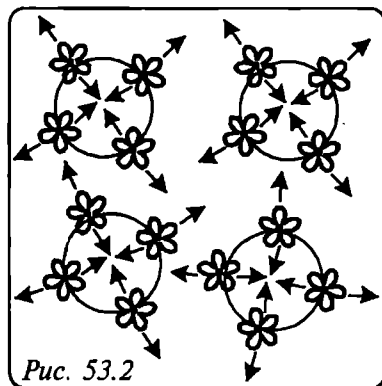


Рис. 53.2

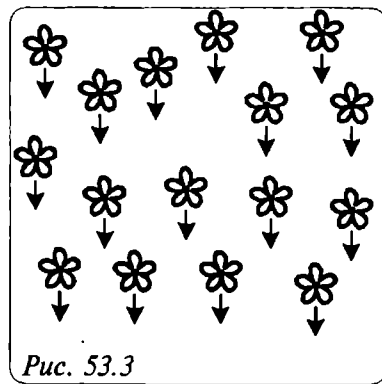


Рис. 53.3

3 фигура

Музыка С

Цветы, сидя на пятках, импровизируют руками (“листочками”) любые движения в соответствии с характером музыки. В это время появляются 2-3 Бабочки, которые порхают между Цветами, импровизируя движения.

В конце музыки Цветы “закрываются”, а Бабочки наклоняются к Цветам и останавливаются в красивой позе (рис. 53.4).

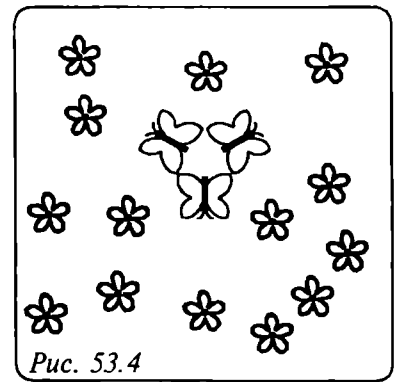


Рис. 53.4

54. Лирический танец

Упражнение с цветами, ветками или султанчиками

Композиция на пьесу Поля Мориа “Звезды в твоих очах”

Задачи: развитие музыкальности, пластичности, мягкости движений, образного мышления, памяти и внимания.

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников, тематических занятий и развлечений.

Советуем также перед разучиванием композиции провести предварительную работу с детьми: внимательно прослушать музыку, нарисовать к ней иллюстрации, самостоятельно потанцевать с различными атрибутами (шарфиками, цветами, ветками, ленточками и др.).

И.П. — дети, встав на колени, опустив руки с цветами вниз, стоят в кругу (рис. 54.1) или нескольких кругах (“клумбах”).

Вступление

Медленно подняться с колена и на кружении перестроиться парами по кругу лицом друг к другу (рис. 54.2). Руки внизу.

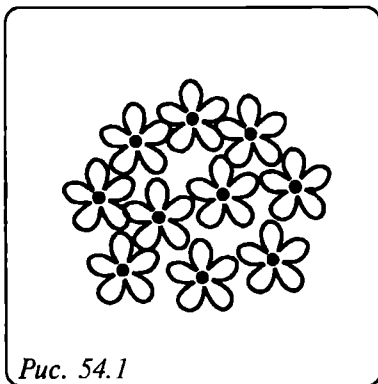


Рис. 54.1

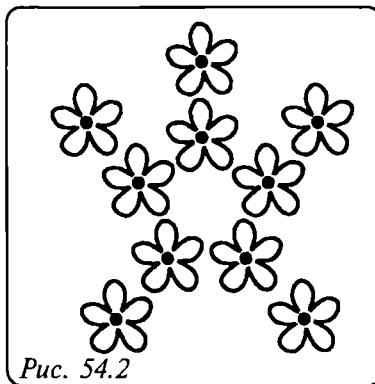


Рис. 54.2

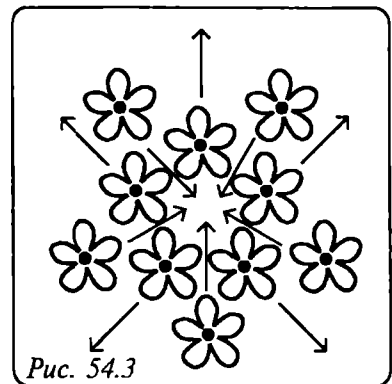


Рис. 54.3

1 фигура

1 такт — взмах правой рукой вправо и опустить;

2 такт — то же влево;

3-4 такты — кружение на месте на носках, руки плавно через стороны вверх и вниз;

5-7 такты — кружение в парах “звездочкой” (на носках) — правые руки сцеплены;

8 такт — руки плавно вверх (подняться на носки) и вниз (опуститься на пятки).

Эти движения повторить 2 раза.

2 фигура

И.П. — сделать шаг вправо и стоять в шахматном порядке.

- 1 такт: 4 мелких шага вперед, подняв плавно руки вверх, из внешнего круга идут к центру, а из внутреннего — от центра (рис. 54.3);
 2 такт: 4 шага спиной назад, плавно опуская руки, возвращаясь в И.П.;
 3-4 такты: кружение на месте, руки плавно вверх и вниз;
 5-8 такты — движения повторяются.

3 фигура

И.П. — стоя парами по кругу, взявшись за руки и подняв сцепленные руки вверх (“воротиками” — рис. 54.4).

- 1 такт — под рукой (“воротиками”) кружится ребенок, стоящий во внешнем круге;
 2 такт — то же выполняет ребенок, стоящий во внутреннем круге;
 3-4 такты — кружатся парами, взявшись руками “лодочкой”, на носках, шагом;
 5-8 такты — движения повторяются.

4 фигура

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу. Руки внизу (рис. 54.5).

- 1-2 такты — плавно качают руками над головой — вправо-влево;
 3-4 такты — кружатся в парах “звездочкой”;
 5-8 такты — повторение этих движений.

5 фигура

Расходятся врассыпную на носках (рис. 54.6), импровизация движений в соответствии с музыкой, в конце — остановка в позе “цветка” (каждый сам придумывает свой образ и позу).

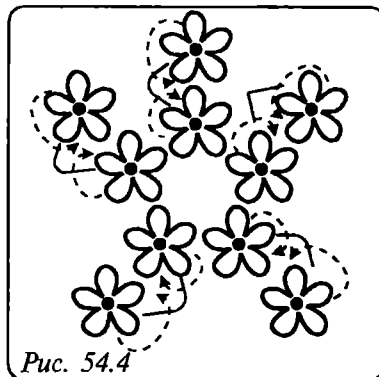


Рис. 54.4

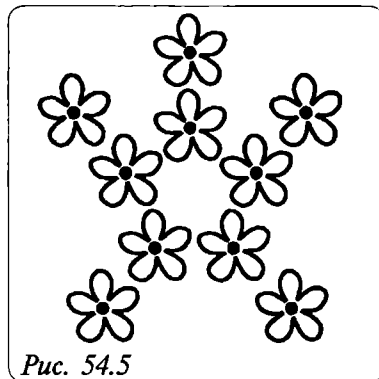


Рис. 54.5

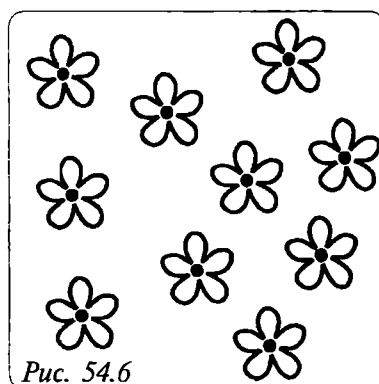


Рис. 54.6

55. Танец Месяца и Звездочек

Композиция на пьесу Поля Мориа “Звезды в твоих очах”

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников и развлечений. Танец может быть также началом Новогодней сказки, где каждая Звездочка — волшебная, которая исполняет любое желание (по этому принципу выстраивается сценарий).

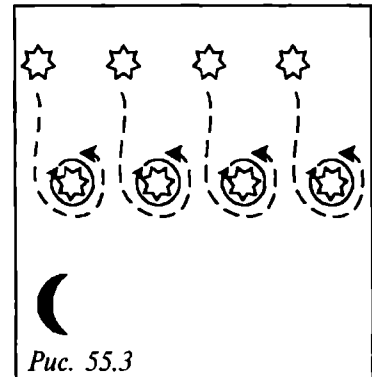
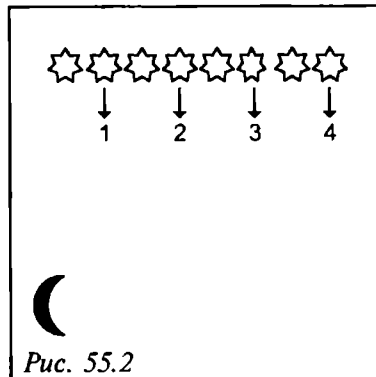
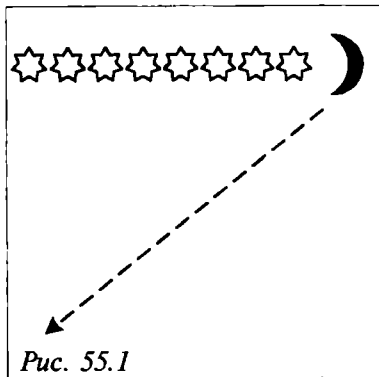
Тихо падает снежок,
 Месяц выгнул свой рожок.
 Вечером под Новый год
 Звезды водят хоровод.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 8 девочек — Звездочек и 1 мальчик — Месяц.

И.П. — Звездочки стоят в шеренге, руки внизу, в правой руке — звездочка на палочке.

Вступление. Месяц идет по диагонали на носках, в руках — серебряный рожок.



К концу вступления останавливается и поворачивается лицом к Звездочкам (рис. 55.1).

1 фигура

- 1 такт — вперед выходит 2-я Звездочка (4 мелких шага), плавно поднимает звездочку на палочке;
- 2 такт — то же выполняет 4-я Звездочка;
- 3 такт — то же — 6-я Звездочка;
- 4 такт — то же — 8-я Звездочка (рис. 55.2);
- 5-8 такты — четные Звездочки кружатся вправо (на носках), а нечетные обходят их противходом с поднятой звездочкой (рис. 55.3);
- 9-12 такты — Звездочки поворачиваются за Месяцем и идут за ним “змейкой” на носках, слегка покачивая звездочкой на палочке (рис. 55.4);
- 13-16 такты — перестраиваются в круг и идут тем же шагом по кругу.

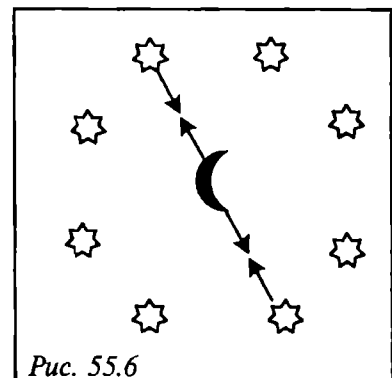
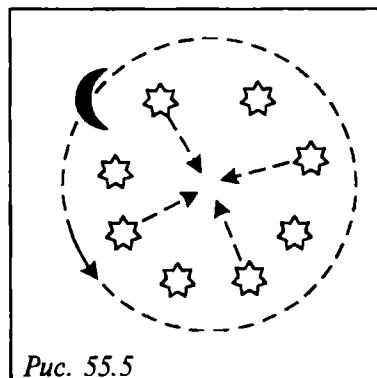
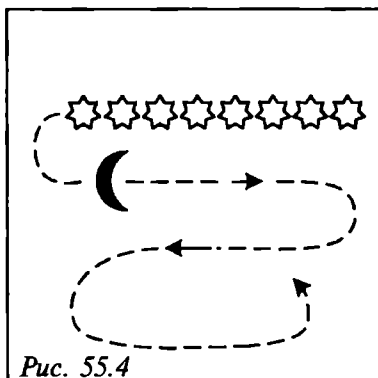
2 фигура

- 1 такт — в центр круга идут четные Звездочки (4 шага), поднимая звездочку в правой руке вверх (рис. 55.5);
- 2 такт — четные Звездочки отходят спиной назад, а нечетные одновременно идут в центр (4 шага);
- 3-4 такты — все кружатся на носках за правой рукой со звездочкой (на месте), к концу 4 такта перестраиваются в общий круг;
- 5-8 такты — движения повторяются; Месяц в это время идет за кругом (на носках), играя на рожке.

3 фигура

Месяц заходит в круг.

- 1 такт — Месяц подходит к одной из Звездочек (та тоже устремляется к нему), берется за палочку (таким образом оба держат звездочку на палочке) — (рис. 55.6);



2 такт — Звездочка кружится под рукой (под звездочкой);

3-4 такты — Месяц опускается на одно колено, а Звездочка обходит его по кругу на носках;

5-8 такты — те же движения Месяц повторяет, только с другой Звездочкой.

Остальные Звездочки стоят на месте по кругу, плавно покачивая звездочками на палочках.

4 фигура

1 такт — стоя правым боком к центру круга, Звездочки делают взмах палочкой к центру, одновременно стоя на правой ноге и поднимаясь на носок, левая прямая нога отводится махом назад, левая рука — в сторону;

2 такт — дети опускаются на обе ноги, звездочка на палочке также опускается и внизу перекачивается в левую руку, затем дети поворачиваются в другую сторону (от центра) и выполняют вправо те же движения;

3-4 такты — кружение на носках на месте за звездочкой (рука согнута в локте, кисть навверху, шаг на каждую восьмую);

5-8 такты — движения повторяются. Месяц в это время стоит в центре круга и, играя на рожке, медленно поворачивается, разглядывая Звездочек.

5 фигура

Вариант 1

Звездочки уходят “змейкой” шагом на носках за Месяцем на свои места.

Вариант 2

1-4 такты — Звездочки идут врассыпную на носках, покачивая звездочкой на палочке;

5-8 такты — кружатся на месте на носках, звездочка поднята в руке, с концом музыки опускаются плавно на колено или застывают каждый в своей позе.

Вариант 3

1-4 такты — Звездочки идут врассыпную;

5-8 такты — кружатся на месте и с концом музыки подходят к елочке, “зажигают” огни на ней и, плавно наклоняясь, кладут свои звездочки под елочку (эти волшебные звездочки находят потом дети и загадывают свои желания).

56. Танец Снежинок и Вьюги

Музыка Л. Делиба, “Вальс”

Рекомендуется включать в программы утренников и развлечений, а можно также использовать при постановке Новогодней сказки.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют 10-12 девочек — Снежинок; Вьюга — взрослый исполнитель.

У Снежинок в руках короткие белые или блестящие ленточки, а у Вьюги — длинные ленты на палочках.

И.П. — Снежинки стоят в двух шеренгах вдоль боковых стен лицом друг к другу, а Вьюга — в центре на заднем плане зала (рис. 56.1).

Вступление — Снежинки медленно разводят руки в стороны.

1 фигура

Музыка А

1 фраза:

- на счет “раз” — скрестное маховое движение руками (скрещивают руки вниз);
- на счет “два” — руки развести в стороны;
- на счет “три-и-четыре-и” — круговое маховое движение руками;

2 фраза:

- на счет “пять — восемь-и” — движения повторяются, только в обратном порядке — начинаются с разведения рук в стороны и т.д.;

3 фраза:

- на счет “девять-десять” — взмах правой рукой вправо-вверх и вниз;
- на счет “одиннадцать- двенадцать” — взмах левой рукой влево-вверх и вниз;

4 фраза:

- на счет “тринадцать — шестнадцать” — повторение движений 1-й фразы, затем повернуться лицом к зрителю (в колонны).

На повторение музыки А движения повторяются.

Музыка В

- 1 фраза: Вьюга широкими шагами идет вперед, делая при этом широкие попеременные взмахи лентами.

- 2 фраза: Вьюга кружится, а Снежинки, стоящие в правой колонне, бегут мелким шагом и становятся вокруг Вьюги. Снежинки, стоящие в другой колонне кружатся на месте (рис. 56.2).

На повторение музыки В движения повторяются, только Снежинки, стоящие в кругу кружатся на месте, а Снежинки, стоящие в колонне, перестраиваются на беге во второй круг (Вьюга стоит в центре) — рис. 56.3.

Музыка С

Вьюга делает сильные “крученые” взмахи лентами поочередно то правой, то левой рукой в соответствии с музыкой, а Снежинки, кружась на месте, — короткие быстрые взмахи лентами (“лапша”), постепенно вместе с музыкой замедляя темп движений.

2 фигура

Музыка А

И.П. — Снежинки стоят в двух concentрических кругах лицом к центру, Вьюга — в центре круга (рис. 56.4).

Повторения движений 1-й фигуры.

На повторение музыки движения выполняются в положении, стоя спиной к центру круга.

Музыка В

Вьюга (импровизируя движения) обегает Снежинок, которые мелким бегом разбегаются в разные стороны.

Музыка С — повторяются движения 1-й фигуры.

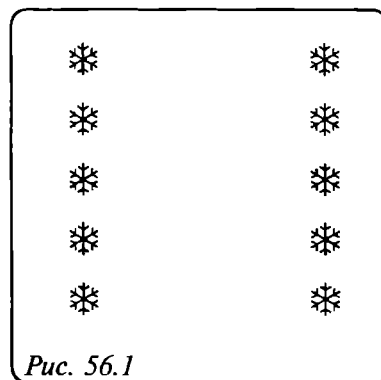


Рис. 56.1

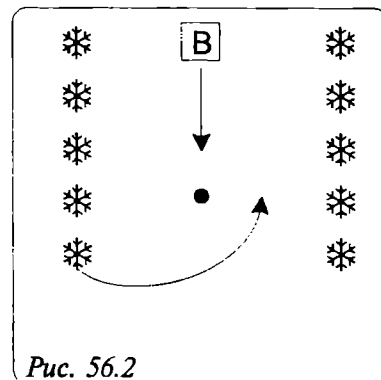


Рис. 56.2

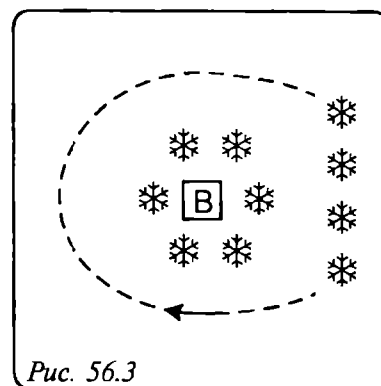


Рис. 56.3

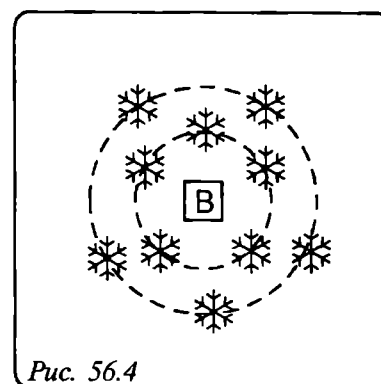


Рис. 56.4

3 фигура

И. П. — Снежинки стоят врассыпную, а Вьюга впереди по центру (рис. 56.5).

Музыка А

Повторение движений 1-й фигуры (1-8 такты).

Музыка С

Вьюга обегает Снежинок, которые выполняют на “пружинке” короткие взмахи (качая руками вперед-назад).

Затем Снежинки устремляются на беге за Вьюгой, бегут по спирали и, останавливаясь в плотном кругу спиной к центру, выполняют руками короткие энергичные взмахи (“лапша”). С концом музыки Снежинки опускаются на одно колено, а руки поднимают в стороны-вверх (рис. 56.6).

Вьюга импровизирует движения лентами, стоя в кругу.

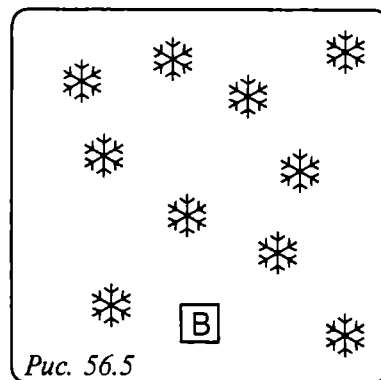


Рис. 56.5

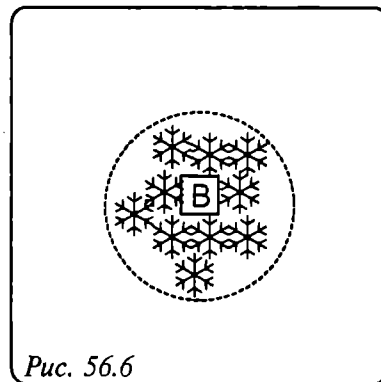


Рис. 56.6

57. Танец Троллей

*Фантастическая композиция на музыку Э.Грига
“В пещере горного короля”*

Задачи: развитие музыкальности, выразительности движений, фантазии и воображения, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в постановки сказок либо использовать как пластическую иллюстрацию волшебной музыки (на интегрированных тематических занятиях).

В этом фантастическом танце участвует группа мальчиков — 6-12 детей. Танец включается в постановку волшебной сказки, где происходит борьба добра и зла. Это могут быть, например, злые Карлики, слуги Горного короля и другие персонажи.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

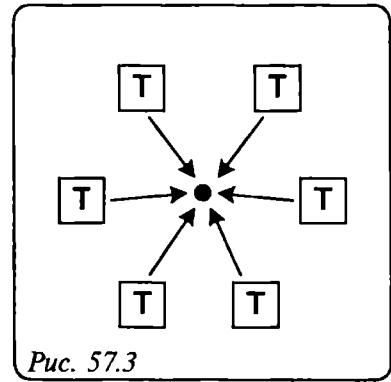
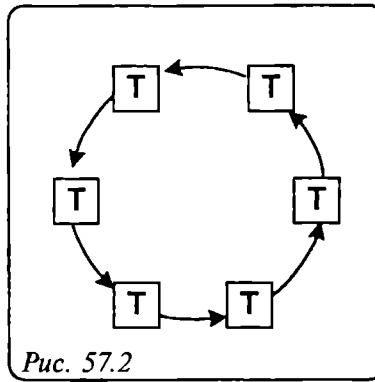
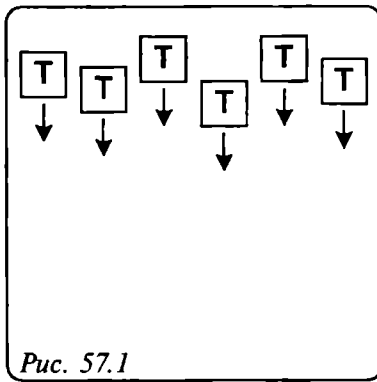
1-4 такты — Тролли (или Карлики), притаившись за занавесом, слушают музыку;

5-6 такты — появляется 1-й Троль. Идет на полусогнутых ногах вперед (4 шага), руками выполняет “корявые” кругообразные движения;

7-8 такты — стоя на месте, пружиня на полусогнутых ногах, Троль выполняет кругообразные движения руками с полуоборотом направо и налево;

9-12 такты — таким же образом появляются еще два Тролля;

13-16 такты — к ним присоединяются еще трое, на последний такт выходят все (рис. 57.1).



2 фигура

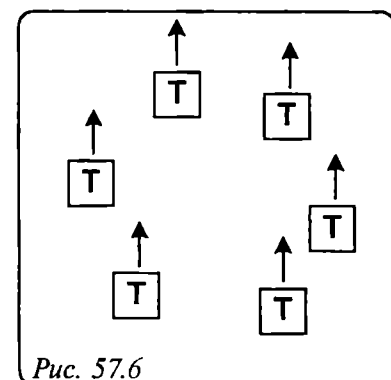
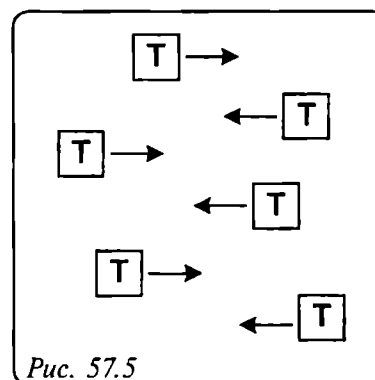
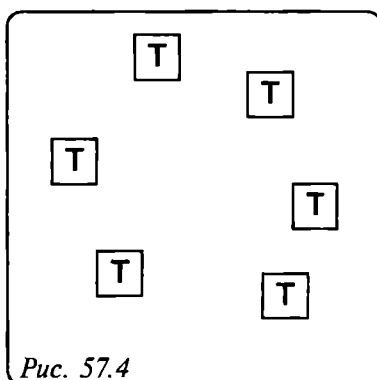
- 1-4 такты — двигаются в рассыпную тем же шагом и перестраиваются в круг (рис. 57.2);
- 5-8 такты — движения по кругу вправо: 2 приставных шага на полусогнутых ногах, два раза — кругообразные движения с поворотом направо и два раза с поворотом налево. Повторить все движения два раза;
- 9-10 такты — 4 шага к центру круга;
- 11-12 такты — 4 прыжка назад спиной.
- На 4-й прыжок руками изобразить “колдовство” — по направлению к центру круга (как будто там находится какой-нибудь предмет, например, пень — рис. 57.3).
- 13-16 такты — повторить движения 9-12 тактов.

3 фигура

- 1-4 такты — повторить движения по кругу (2 раза);
- 5-8 такты — подскоки в рассыпную, импровизация динамичных колдовских движений (рис. 57.4);
- 9-10 такты — боковой галоп противоходом (4 шага) вправо и влево (рис. 57.5);
- 11-12 такты — стоя на месте на полусогнутых ногах, пружиня, выполнять кругообразные движения руками;
- 13-16 такты — повторить движения 9-12 тактов.

4 фигура

- 1-4 такты — сильные подскоки в рассыпную, импровизация “колдовских” движений руками;
- 5 такт — на “раз” — прыжок на двух ногах, голову резко опустить, на “и” — прыжок, голову поднять;
- 6 такт — повторить движения 5-го такта;
- 7-8 такты — двигаются спиной назад на полусогнутых ногах (8 мелких шажков) — рис. 57.6.



Эти движения повторяются до конца, пока все не “исчезают”.

На заключительные такты — прыжки на двух ногах и на барабанную дробь — до конца, все “исчезают”.

58. Аквариум

Фантастическая картина на музыку К.Сен-Санса “Аквариум”

(из сюиты “Карнавал животных”)

Задачи: развитие музыкальности, способности слышать музыкальные фразы, чувствовать структуру музыки. Развитие пластичности и выразительности движений, образного мышления.

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников и тематических занятий.

Перед началом разучивания необходима предварительная работа:

- прослушивание музыки, словесное описание того, что почувствовали или увидели;
- рисование иллюстраций к музыкальной картине или изготовление из бумаги рыбок, водорослей и т.д. (техника бумагопластики).

Можно не разучивать предложенную композицию, а при постановке этой картины вслушиваться в музыку и искать свободные, произвольные движения.

Роли: 2 Русалочки, 6 Водорослей, 6 Рыб.

Русалки (два Морских Конька, либо две Жемчужинки) сидят на возвышении на переднем плане зала (или сцены) и пускают мыльные пузыри.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

1 фигура

Музыка А

1 фраза: 1-я пара Водорослей выбегает семенящим бегом, останавливается в условленном месте, напротив друг друга, лицом к зрителям, кружатся на месте, с концом фразы опускаются на правое колено. В руках у Водорослей длинные зеленые ленты на палочках, которыми они все время выполняют волнообразные движения (руки при этом держат отведенными в стороны);

2 фраза: то же выполняет 2-я пара Водорослей, которая останавливается на расстоянии от первой, также в условленном месте;

3 фраза: то же выполняет 3-я пара Водорослей (бегут по центральной линии зала, затем змейкой обегают 2-ю пару Водорослей и останавливаются позади них). К концу 3-й фразы все Водоросли выстраиваются в 2 колонны вдоль боковых стен на расстоянии друг от друга.

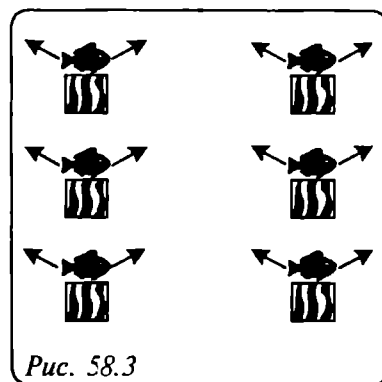
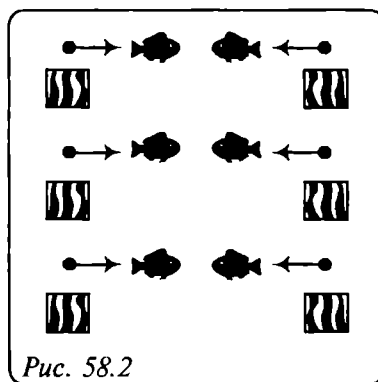
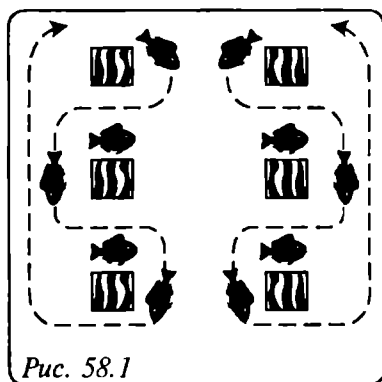
Музыка В

Водоросли кружатся на месте на носках, выполняя одновременно волнообразные движения лентами сверху вниз (или произвольно — как удобно детям и в соответствии с музыкой).

2 фигура

Музыка А

1 фраза: 1-я пара Рыбок “плывет” по направлению к 1-й паре Водорослей на семенящем беге, руки отведены назад, кисти выполняют плавные волнообразные движения, корпус и голова слегка наклонены вперед;



2 фраза: так же “выплывает” 2-я пара, в это время Рыбки, которые появились на 1-ю фразу, стоя на колене за своей Водорослью, выполняют волнообразные движения руками (“плавниками”);

3 фраза: то же выполняет 3-я пара Рыбок, которая плавает “змейкой” мимо других Водорослей и Рыб и останавливается соответственно у своей пары Водорослей. В это время Водоросли, опустившись на одно колено, подняв руки на уровне плеч, выполняют волнообразные движения лентами (рис. 58.1).

Музыка В

Водоросли, стоя на носках, медленно кружатся влево, выполняя лентами колебательные волнообразные движения сверху вниз, а Рыбки “плывут” вокруг них.

3 фигура

Музыка С

1 фраза: Рыбки плывут навстречу друг другу и останавливаются по центральной линии зала, вытянув головы вперед, слегка ими покачивая из стороны в сторону (“Рыбки общаются”), руками выполняя волнообразные движения за спиной (семенящий шаг на месте, не останавливаясь — рис. 58.2).

Водоросли в это время выполняют произвольные маховые движения лентами;

2 фраза: Рыбки поворачиваются спиной и “плывут” к “стенкам Аквариума”, останавливаются (за Водорослями) и “смотрят”, слегка поворачивая головками вправо-влево, затем снова поворачиваются назад к своим Водорослям и прячутся за ними;

3 фраза: на счет “раз” — Водоросли делают взмах правой рукой в правую сторону. Рыбки одновременно “выглядывают” из-за Водорослей справа.

На счет “и” — Рыбки прячутся.

Повторить те же движения влево (рис. 58.3);

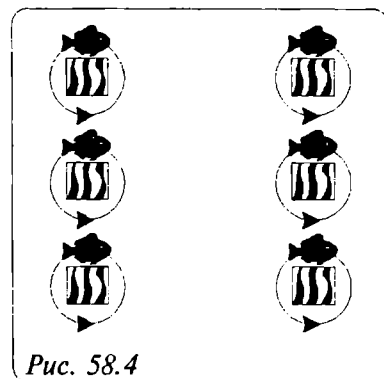
4 фраза: Рыбки плывут вокруг своих Водорослей (рис. 58.4).

На повторение музыки С все движения повторяются.

Заключение

Водоросли отходят спиной семенящим шагом к центру, перестраиваясь в круг, руками спереди выполняют волнообразные движения лентами и постепенно опускаются на одно колено (волнообразные движения лентами выполнять до конца музыки).

В это время Рыбки также перестраиваются в круг,

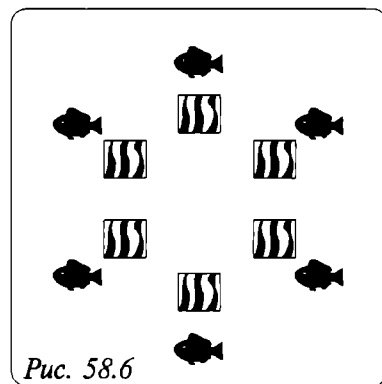
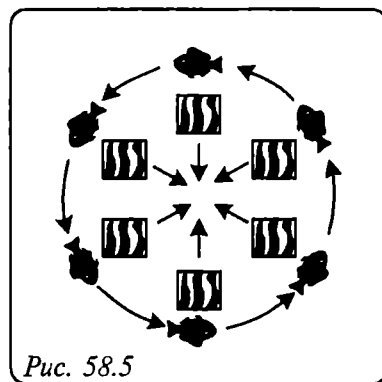


“плывут” по кругу (рис. 58.5) и останавливаются соответственно у своей пары — Водоросли, затем ложатся на пол на живот, руки впереди в упоре, локти на полу, при этом попеременно сгибают ноги в коленях с отянутыми носками (рис. 58.6).

С концом музыки Рыбки, прогибаясь, достают носками голову (либо придумывают свою позу).

Примечания:

1. Для постановки этой картины необходимы атрибуты и костюмы. Важнейшими из них являются длинные зеленые ленты на палочках. Длина устанавливается в зависимости от роста детей, их подготовленности к упражнениям с лентами (средний размер — 1 м).
2. Основой костюма для Водорослей может быть зеленый или нейтрального цвета купальник.
3. Рыбки обычно одеты в костюмы разного цвета. Основой также могут послужить купальники или короткие юбки. Важным элементом костюма Рыбки являются плавники. Их изготавливают из легкой (капроновой или шелковой) ткани любого цвета и прикрепляют резинкой вокруг запястья.



59. Танец тройками

Музыка Ф.Кулау

Задачи: развитие чувства ритма, способности чувствовать музыкальную форму, а также образного мышления и выразительности движений.

Рекомендуется включать в программы утренников, постановки волшебных сказок. Например, данный танец могут исполнять Графини Вишенки и Сеньоры Лимончики в сказке “Приключения Чипполино”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят тройками по кругу: девочка в центре, а мальчики — по краям. Мальчики смотрят друг на друга, а девочка стоит лицом по линии танца (боком к мальчику).

1 фигура

Музыка А

1 фраза: 3 хлопка и приседание. Девочка поворачивается к мальчику, стоящему во внешнем круге, и соединяет с ним ладони. А мальчик, стоящий во внутреннем круге, как бы прячется за ладонями (“ширмочкой”).

2 фраза: то же, только девочка поворачивается к другому мальчику;

3-4 фразы: повторение движений 1-2 фраз.

Музыка В

1 фраза: мальчики поворачиваются на носках спиной друг к другу, руки у них за спиной, девочка пожимает плечами, поворачиваясь в сторону внешнего круга;

2 фраза: мальчики поворачиваются таким же образом лицом друг к другу, девочка пожимает плечами, поворачивается в сторону внутреннего круга;

3-4 фразы: те же движения повторяются, на последний такт девочка кружится на носках на месте.

Музыка С

1-4 фразы: мальчики поднимают сцепленные руки вверх (“воротики”), а девочки бегут по кругу, пробегая “воротики”, и к концу 4-й фразы добегают до своей пары (“воротики” опускаются, девочка оказывается в середине);

5-8 фразы: мальчики кружатся на легком беге со сцепленными руками, а девочка кружится посередине в противоположную сторону, руки поднимать вверх, локти округлены (третья позиция).

2 фигура

1 фраза: мальчики выполняют шаг-поклон направо, девочка три раза ударяет носком правой ноги о пол;

2 фраза: мальчики выполняют шаг-поклон налево, девочка ударяет 3 раза носком левой ноги о пол;

3-4 фразы: повторение этих же движений.

Музыка В — повторение движений предыдущей фигуры.

Музыка С

И.П. — мальчики опускаются на правое колено (лицом друг к другу).

1-2 фразы: девочка поворачивается к мальчику во внешнем круге, затем они соединяют правые руки и девочка обегает мальчика;

3-4 фразы: выполняются те же движения с другим партнером, соединив левые руки. Таким образом девочка обегает “восьмеркой” обоих мальчиков;

5-8 фразы: бег по кругу тройками.

3 фигура

И.П. — стоя по кругу, руки внизу.

Музыка А

1 фраза: три хлопка и на счет “четыре” — соединить ладони.

Повторить 4 раза.

Музыка В

1-2 фразы: на носках повернуться спиной к центру круга, опуститься на пятки;

3-4 фразы: так же повернуться лицом в круг, соединить ладони.

Повторить 2 раза.

Заключительная поза — стоя в круге, соединив ладони сбоку, локти согнуты, руки чуть приподнять на последний аккорд.

60. Дети и природа

Пластическая картина

Музыка О. Юдахиной, “Песенка о разных языках”

Задачи: развитие музыкальности, творческого воображения, выразительной пластики, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в программы утренников и тематические занятия.

Возможны два варианта исполнения:

вариант 1 — роли Зверей и Птиц (Цветов и т.д.) исполняют дети младшего возраста (импровизируют), а основные движения исполняют дети 6-9 лет (см. описание). В конце композиции персонажи (Звери и Птицы) подходят к детям, которые их обнимают, глядят и т.д., затем все перестраиваются в общую картину;

вариант 2 — исполнители вначале изображают пантомиму — “Утро в лесу”, где каждый себе придумывает роль или образ природы — Цветок, Грибочек, Дерево, Птичку и т.д., а затем “превращаются в детей”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят врассыпную в позе какой-нибудь птицы или животного.

Вступление — Птицы и Животные медленно “оживают” и расходятся (каждый в своем образе) на две шеренги.

1 фигура

И.П. — правый палец ко лбу, левая рука за спиной.

1-4 такты — идут шагом “с каблучка” вперед навстречу друг другу, меняются местами и останавливаются друг напротив друга в паре;

5 такт — правую ногу на пятку, руки развести;

6 такт — то же влево;

7 такт — шаг на месте, переступая с ноги на ногу в образе Медведя;

8 такт — шаг на месте в образе Трясогузки (руки за спиной, наклон туловища вперед, переступание на месте);

9-12 такты — кружение в парах шагом (“лодочкой”).

Припев

На подскоках расходятся на круг — пара направо, пара налево.

На слова “и всех добрей...” — качание сцепленными руками вперед-назад.

На слова “конечно, дети” — на “пружинке” обеими руками показать на себя, первый раз с поворотом к своей паре, а второй раз — к зрителям.

2 фигура

Девочки в И.П.

1-2 такты — идут шагом к центру круга;

3-4 такты — поворачиваются и идут назад в круг.

Мальчики в это время стоят на месте, руки у головы (“думают”);

5-6 такты — повторение движений 1-й фигуры;

7-8 такты — руки над головой (прямые), качание вправо-влево;

9-12 такты — кружение на месте на шагах с поднятыми вверх руками, к концу фразы руки плавно через стороны вниз.

Припев — движения повторяются по кругу.

Проигрыш. Расходятся в свободных направлениях и далее изображают персонажей в соответствии с текстом:

1 — Кузнечиков

2 — Кошечек

3 — Воробушков

4 — Лошадку и Петушка

5 — Пчелку

6 — Барашков

7 — Поросят — на эту фразу на шагах подойти к своей паре.

Припев. Кружатся парами на подскоках, останавливаются парами лицом к зрителю и повторяют движения, описанные выше.

Проигрыш.

И.П. — стоя парами, взявшись за руки, боком к зрителю.

“Ку-ку” — приподнимают сцепленные руки и на “пружинке” “выглядывают” вперед (рис. 60.1);

“Ку-ку” — то же в противоположную сторону, и так до конца проигрыша.

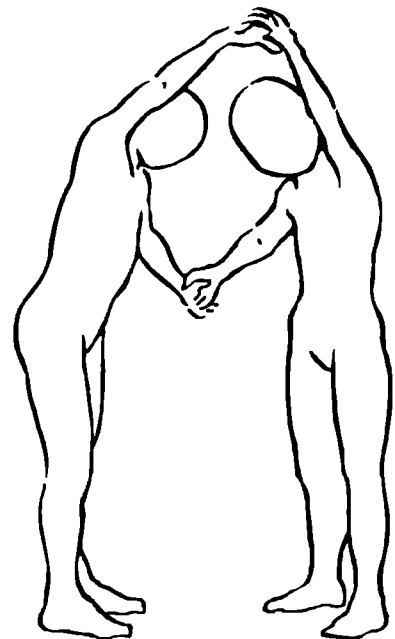


Рис. 60.1

Припев. Перестраиваются шагом в две шеренги лицом к зрителю, одновременно хлопают в ладоши над головой и идут вперед.

На повторение слов припева движения соответственно повторяются.

Заключение: импровизация движений в образе Животных, Птиц, Бабочек и т.д.

61. Танец Богатырей

Песня А. Пахмутовой “Сила богатырская”

Задачи: развитие чувства ритма, выразительности и координации движений, артистичности.

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников, в театрализованные постановки волшебных сказок и т.д.

В танце участвуют 4 пары мальчиков. На голове у них шлемы, в правой руке — меч, а в левой — щит.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление — импровизация сцены “Утро в деревне”.

Мальчики-косари “косят”, к ним подходит Богатырь, жестом подзывает к себе. Они о чем-то сговариваются и расходятся.

1 фигура

Музыка А (марш)

1 фраза — выходит 1-я пара Богатырей (в руках щит и меч);

2 фраза — выходит 2-я пара;

3 фраза — 3-я пара;

4 фраза — 4-я пара (рис. 61.1).

Музыка В (*Занев*)

На счет “раз” — скрещивают мечи справа (рис. 61.2);

на счет “два” — скрещивают мечи слева;

на счет “три-четыре” — повторить то же;

на счет “пять-восемь” — меняются на маршевом шаге местами (мечи скрещены).

Все движения повторить 2 раза.

Музыка А

Богатыри расходятся за ведущими на две шеренги вдоль боковых стен (см. рис. 61.3).

2 фигура

Музыка В

1 предложение

На счет “раз” — дети, стоящие в первой шеренге, делают выпад правой ногой вперед (меч вперед), а дети, стоящие во второй шеренге, отступают правой ногой назад, прикрываясь щитом.

На счет “два” — становятся прямо.

На счет “три” — дети, стоящие во второй шерен-

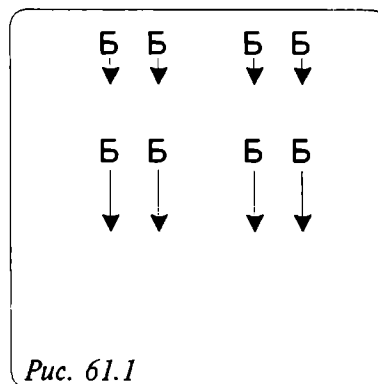


Рис. 61.1

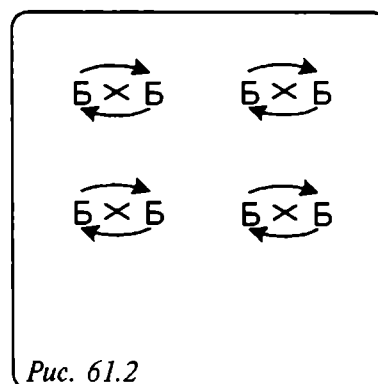


Рис. 61.2

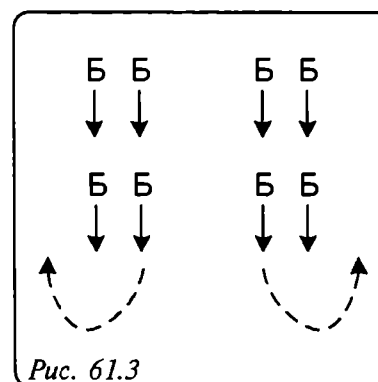


Рис. 61.3

ге делают выпад правой ногой вперед, а остальные соответственно назад, прикрываясь щитом.

На счет “четыре” — становятся прямо.

На счет “пять-и-шесть-и” — дети на маршевом шаге идут навстречу друг другу и останавливаются парами по центральной линии зала, боком к зрителю.

На счет “семь” — поднимают меч наверх.

На счет “восемь” — опускают руку с мечом до линии плеча.

2 предложение

На счет “раз” — скрещивают мечи справа;

на счет “два” — скрещивают мечи слева;

на счет “три-четыре” — повторить то же;

на счет “пять — восемь” — меняются на маршевом шаге местами (мечи скрещены).

Музыка А

Маршевым шагом расходятся за ведущими Богатырями направо и налево, перестраиваясь в круг (см. рис. 61.4).

Приве:

И.П. — ноги на ширине плеч, меч в правой руке наверху.

На счет “один — четыре” — пружиня на носках, меч плавно описывает большую дугу (сверху вниз и снизу вверх) и возвращается в И.П.;

На счет “пять — восемь” — повторить те же движения;

На счет “девять — двенадцать” — 8 шагов вперед, размахивают мечом, на 8-м шаге — при топ, скрестить мечи;

На счет “тринадцать — шестнадцать” — 8 шагов назад, рука с мечом плавно опускается дугообразно вниз и затем вверх.

Музыка А

Маршевая ходьба по кругу; на последнюю фразу 3 и 4-я пары выходят вперед, кладут мечи и щит на пол, а 1 и 2-я пары становятся позади них в шеренгу.

3 фигура

Музыка В

Богатыри, стоящие в шеренге, пружинят в такт музыке, руки “полочкой”.

Солисты “борются”.

И.П. — ноги на ширине плеч, упор руками с переплетенными пальцами друг с другом.

1 предложение

На счет “раз” — упор правой рукой, сцепленной с левой рукой партнера;

на счет “два” — упор другой рукой;

на счет “три-четыре” — повторить эти движения;

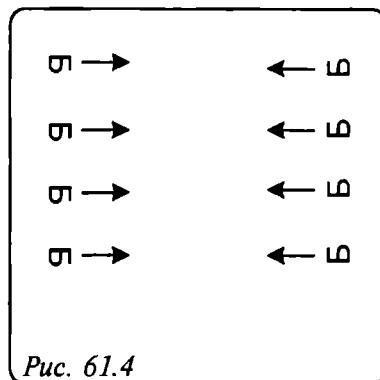


Рис. 61.4

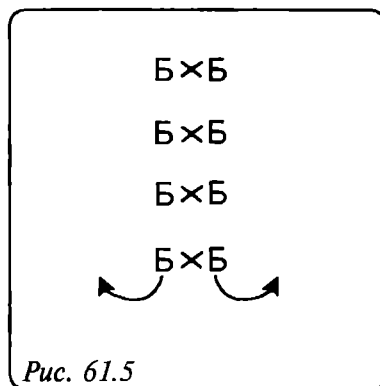


Рис. 61.5

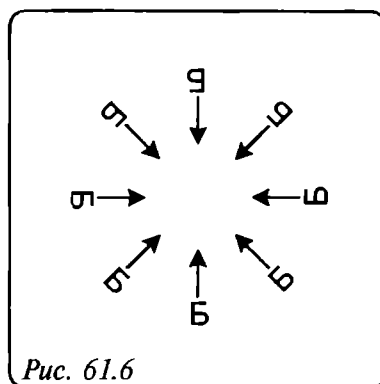


Рис. 61.6

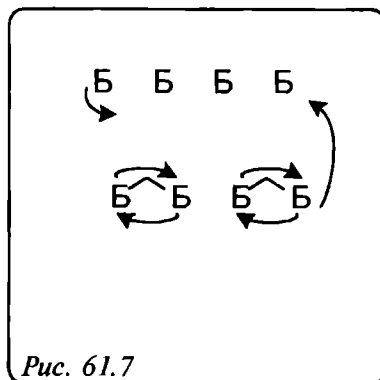


Рис. 61.7

на счет “пять — восемь” — кружатся маршевым шагом со сцепленными руками.

2 предложение

И.П. — поворачиваются спиной друг к другу и обхватывают друг друга за талию (либо берутся под руки).

На счет “один — четыре” — поочередно поднимают друг друга спиной (нагибаясь вперед).

На счет “пять — восемь” — встают, отпускают руки и поворачиваются лицом друг к другу (поднимают с пола мечи и щиты).

Музыка А

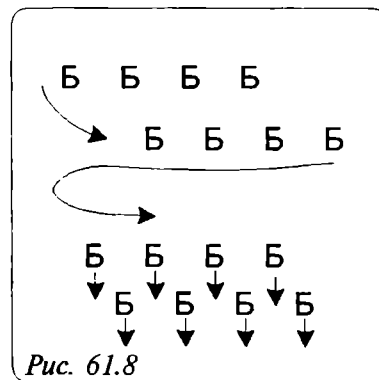
Идут маршевым шагом “змейкой” на зрителя, перестраиваясь в две шеренги, стоя друг за другом в шахматном порядке (см. рис. 61.8).

Припев:

Повторяют движения припева, только лицом к зрителю — соответственно музыке — 2 раза.

Музыка А

Маршевым шагом (или шагом с припаданием — как будто едут на лошадях) уходят “змейкой”.



62. Домисолька

Сюжетный танец

Музыка О. Юдахиной, “Домисолька”

Рекомендуется включать в программы праздничных утренников, развлечений и тематических занятий.

Можно вместе с детьми придумать сюжет инсценировки, в которой музыкальные ключи (Басовый и Скрипичный) поспорили, кто из них “главней”, и поссорились. Дети вместе с Нотками, Музыкальными инструментами и другими персонажами помогают им помириться, и все приходят к выводу, что в музыке главное — это Гармония.

ОПИСАНИЕ ТАНЦА

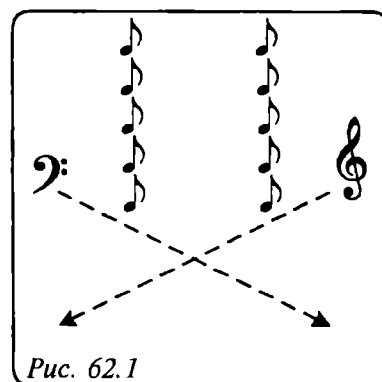
В танце участвуют: 2 ключа — Скрипичный и Басовый; Нотки — 10-16 детей; Домисолька — 1 девочка.

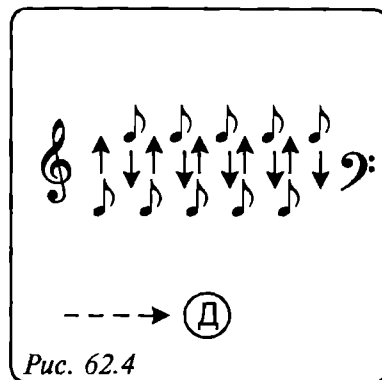
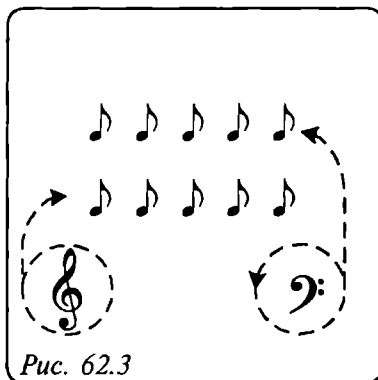
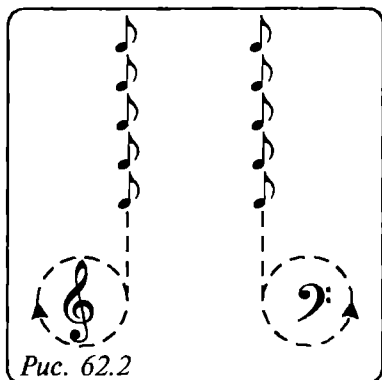
Вступление

1-4 такты — Скрипичный ключ движется по диагонали на носках (шаг в ритме музыки). Останавливается в условном месте;

5-8 такты — Басовый ключ движется в другом направлении по диагонали и останавливается напротив Скрипичного у противоположной стороны (рис. 62.1);

9-16 такты — дети-Нотки двигаются подскоками друг за другом в двух колонках и выстраиваются за ведущими (стоящими в колонках) в два круга — вокруг Ключей и продолжают двигаться по кругу подскоками (рис. 62.2). К концу вступления перестра-





иваются в две шеренги — одна впереди, другая сзади. Ключи становятся крайними (рис. 62.3).

1 фигура

Запев:

1-2 такты — приставной шаг вправо, правой рукой — дугообразное движение направо;

3-4 такты — то же влево;

5-6 такты — 4 шага вперед, руки плавно вперед вверх, на 4-м шаге хлопок над головой;

7-8 такты — 4 шага назад, руки плавно опустить, на счет “8” — притоп;

9-12 такты — повторить движения 1-4 тактов;

13-16 такты — хлопки над головой в ритме музыки, 1-я шеренга двигается шагом назад, а 2-я — вперед (рис. 62.4).

На последнюю фразу выходит Домисолька и становится лицом к детям.

Прпев:

1-4 такты — Домисолька “дирижирует оркестром”, а все дети имитируют в движениях игру на различных инструментах: скрипке, фортепиано, трубе, виолончели и т.д.

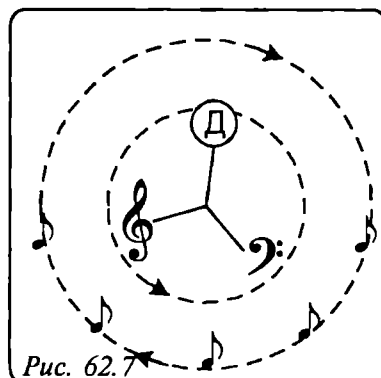
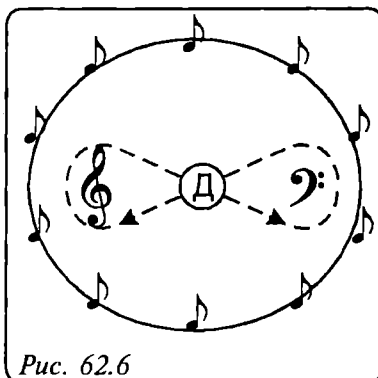
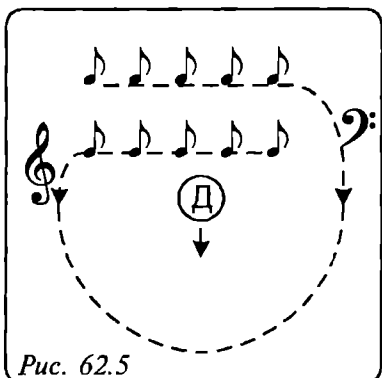
5 такт — на слово “чтобы” — правую руку к сердцу; “в сердце” — левую руку к сердцу;

6 такт — “поселился” — правую руку в сторону вверх и левую руку в сторону вверх;

7-8 такты — плавные “дирижерские” движения — руки плавно сверху вниз;

9-12 такты — повторить движения 1-4 тактов;

13-14 — на слова “взявшись за руки, построим мы поющий круг” — заводят круг, идя шагом и взявшись за руки (рис. 62.5).



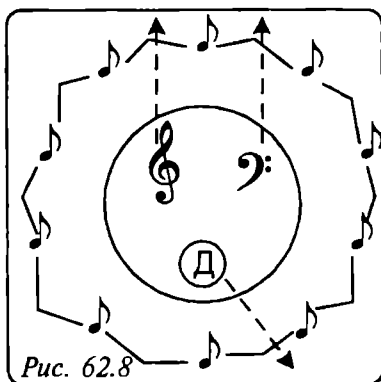


Рис. 62.8

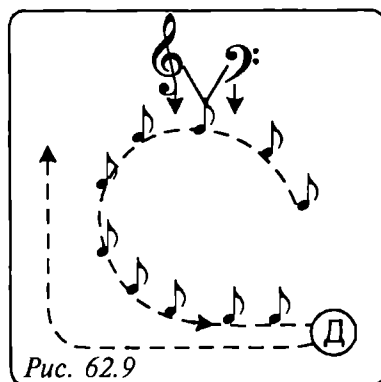


Рис. 62.9

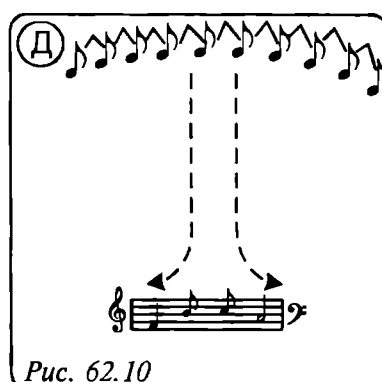


Рис. 62.10

Проигрыш

Нотки, стоящие в кругу, выполняют плясовое движение:

на “раз” — выставляют правую ногу на пятку, корпус слегка поворачивают вправо, правая рука согнута в локте, левая отведена назад (прямая);
на “два” — то же влево.

Эти движения повторяются на весь проигрыш.

В центре круга Домисолька танцует (двигается подскоком “восьмеркой”, обходя Скрипичный и Басовый ключи, которые имитируют игру на скрипке и виолончели (рис. 62.6).

2 фигура

Запев

1-4 такты — Нотки двигаются боковым галопом вправо по кругу;

5-8 такты — поворачиваются спиной к центру круга и продолжают двигаться галопом;

Домисолька и Ключи в центре круга становятся в “звездочку” (рис. 62.7) и двигаются на подскоках вправо (на 1-4 такты), затем влево, поменяв руки (на 5-8 такты).

Припев

Повторить движения припева после 1-го запева. Ключи стоят в центре и имитируют игру на соответствующих инструментах.

Проигрыш

Домисолька и Ключи берутся за руки. Дети (нотки) во внешнем круге также берутся за руки.

1 такт — Домисолька и Ключи приседают, а Нотки подбегают к центру круга, поднимая руки;

2 такт — Нотки расширяют круг, опуская руки;

3 такт — повторить движения 1-го такта. При этом Ключи, приседая, незаметно пролезают сзади и отбегают к задней стене зала (рис. 62.8);

4 такт — Нотки расширяют круг, опуская руки, а Домисолька в этот момент становится в круг между остальными детьми (рис. 62.9).

Заключение

Нотки за Домисолькой двигаются на подскоках “змейкой” и уходят к центральной стене зала. Одновременно Ключи берут заранее подготовленный нотный стан (на двух рейках прикреплены 5 черных ленточек или шнуров с ободками — кружочками-нотами), двигаются подскоками вперед к зрителям (рис. 62.10). Несколько Ноток в самом конце подбегают к нотному стану и выглядывают в “нотки” на линейках.

63. Парный танец

Музыкальное сопровождение — финская полька

Задачи: развитие чувства ритма, координации движений, внимания и памяти.

Рекомендуется включать в программы детских праздников.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя парами по кругу, у мальчиков руки за спиной, девочки держатся за юбочку.

1 фигура

Музыка А

1-4 такты: 3 приставных шага вправо, меняясь партнерами, на 4-й такт (в конце фразы) — три притопа;

5-8 такты: на подскоках кружатся с другим партнером.

Повторение музыки А

1 фраза (1-8 такты): — боковой галоп вправо, в конце фразы — 3 притопа;

2 фраза — то же влево.

2 фигура

Музыка В

1-8 такты: пары двигаются по кругу на подскоках (вариант: девочки при этом кружатся под рукой);

9-12 такты: кружение парами на подскоках “звездочкой” вправо;

13-16 такты: то же влево.

Музыка А

Повторение движений 1 фигуры. В конце музыкальной фразы все перестраиваются в общий круг лицом к центру.

3 фигура

Музыка С

1-4 такты: девочки, держась за юбки, на подскоках двигаются к центру; мальчики, стоя на месте, выполняют притопы правой ногой;

5-6 такт: девочки берутся за голову руками, качают головами (“сшлетничают”). Мальчики решительными шагом идут к центру и берут девочек за талию.

7-8 такты: мальчики “оттаскивают” девочек на место в круг;

9-16 такты: кружение парами на подскоках вправо — мальчик правой рукой держит девочку за талию, а левые руки сцеплены и подняты вверх, при этом мальчик стоит позади девочки. В процессе кружения девочки двигаются спиной назад, а мальчики — лицом вперед.

Более простой вариант: девочки поворачиваются лицом к мальчику и кружатся парами на подскоках.

На повторение музыки движения повторяются.

4 фигура

Повторение 1-й фигуры от начала до конца.

В конце танца — три притопа на месте, руки поднять вверх.

64. Полкис

Финская полька

Задачи: развитие чувства ритма, ловкости и точности движений, быстроты реакции, внимания и памяти.

Рекомендуется разучивать на музыкальных, физкультурных и музыкально-ритмических занятиях, включать в программы праздничных утренников и развлечений.

Перед разучиванием у детей должны быть сформированы навыки исполнения бокового галопа, подскоков и танцевальных движений, описанных в композиции “Птичка польку танцевала” (движения на первый проигрыш с 5 по 8 фразы).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят парами по кругу лицом друг к другу; мальчики стоят спиной к центру круга, а девочки — лицом.

1 фигура

Музыка А

1 предложение:

- на счет “раз” — хлопок в ладоши перед собой;
- на “два” — хлопок с партнерами правыми руками;
- на счет “три” — хлопок в ладоши перед собой;
- на счет “четыре” — хлопок с партнерами левыми руками;
- на счет “пять” — “восемь” — девочки переходят к другому партнеру боковым галопом вправо (4 шага), руки слегка разведены в стороны, мальчики в этот момент 4 раза хлопают в ладоши.

Эти движения повторить 2 раза.

2 предложение:

- 1 фраза: на “раз” — на прыжке правую ногу на пятку, на “два” — на носок через левую ногу (рис. 64.1), повторить 3 раза правой ногой, в конце фразы — три притопа;
- 2 фраза: повторить те же движения левой ногой;
- 3 фраза: на прыжке вперед правую ногу на носок, ударить носком о пол 2 раза, затем левой ногой те же движения, после этого поочередное выставление ног вперед на носок (по 2 раза каждую);
- 4 фраза: кружение на подскоках в парах “звездочкой”, соединив правые руки, свободные (левые) руки округлены, подняты вверх.

Музыка В

- 1 фраза: боковой галоп парами по линии танца — 8 шагов, в конце быстро развернуться спиной друг к другу;
- 2 фраза: то же, не меняя направления движения, развернувшись друг к другу спиной, в конце снова повернуться лицом друг к другу.
- 3 фраза: повторить движения 1-й фразы;
- 4 фраза: кружение в парах на подскоках, руки соединены “лодочкой”.

После кружения поменяться местами в кругах: девочки становятся во внутренний круг, а мальчики — во внешний.

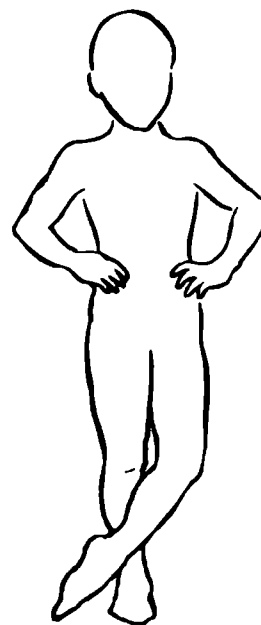


Рис. 64.1

2 фигура

Повторить движения 1-й фигуры.

3 фигура

Повторить движения 1-й фигуры, только на 1-е предложение музыки А.
Далее исполняются движения, описанные на музыку В.

4 фигура

Музыка А — исполняются те же движения.

В конце — четкая остановка, руки поднять вверх.

65. Турецкий марш

*Музыка на тему "Рондо" из сонаты В. Моцарта
в исп. ансамбля "Exception"*

Задачи: развитие координации движений, внимания, способности к импровизации, быстроты реакции.

Рекомендуется включать как вводную часть музыкального или физкультурного занятия, поскольку данное упражнение способствует концентрации внимания, общему психофизическому "разогреву".

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление: дети идут друг за другом пружинящим шагом и становятся в круг.

Музыка А

1-4 такты: бег по кругу ("острый" бег);

5-8 такты: кружение на месте на прыжках (на двух ногах);

Повторение музыки — движения повторяются.

Музыка В

1-4 такты: подбежать к центру (4 шага), руки плавно вверх;

5-8 такты: отбежать назад, руки опустить;

9-12 такты: повторить эти движения.

Музыка А — повторение движений музыки А.

Музыка В

Повторение движений 1-8 тактов, в конце на "вставку" в музыке выполняются твистовые движения. Повторить 2 раза.

Музыка А — повторение движений.

Музыка С

1 такт: подскок на правой ноге, левую с оттянутым носком — вперед, руки вверх (как в тарантелле);

2 такт: то же на другой ноге;

3-4 такты: наклон вперед, руки вниз слегка отвести назад, бег на месте с захлестом;

5-8 такты: движения повторяются.

Музыкальная "вставка" — импровизация музыкальных движений в соответствии с характером музыки.

Повторение музыки — все движения повторяются в соответствии с музыкой.

Заключение

Бег врассыпную, кружение на месте и в соответствии с ритмом энергичные хлопки над головой.

66. Сиртаки

Танцевальная композиция на музыку М. Теодоракиса в исполнении Ф. Гойи

Задачи: развитие внимания, памяти, чувства ритма, координации движений.

Может быть **рекомендована** для вводной части занятий со взрослыми и школьниками.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя в кругу, руки на поясе.

Вступление: 2 небольших приседания.

1 фигура

Музыка А

На счет “раз” — поворот головы направо;

на “и” — прямо;

“два-и” — то же налево и прямо;

“три-и четыре -и” — повторить те же движения ;

“пять” — полуоборот направо;

“и” — прямо;

“шесть” — полуоборот налево;

“и” — прямо;

“семь” — отвести плечи назад;

“и” — плечи прямо;

“восемь” — отвести плечи вперед;

“и” — плечи прямо;

“девять” — поворот головы направо;

“и” — прямо;

“десять” — голова налево;

“и” — прямо.

2 фигура

Повторение музыки А (основной танцевальный шаг).

“Раз” — шаг направо правой ногой, голова направо;

“и” — приставить левую ногу, голова прямо;

“два — и” — то же налево;

“три” — шаг направо правой ногой;

“и” — левую ногу вперед на носок;

“четыре-и” — то же в другую сторону;

“пять” — шаг вправо правой ногой;

“и” — левой ногой мах вперед, голова направо;

“шесть-и” — то же влево (мах правой ногой);

“семь” — шаг направо правой ногой;

“и” — левую ногу скрестно назад на носок;

“восемь-и” — то же влево (правую ногу назад на носок);

“девять-и-десять-и” — повторить движения на счет “раз-и-два-и”.

3 фигура

Музыка В

1-8 такты — приставной шаг вправо по кругу, постепенно перестраиваясь в “улитку” за ведущим (16 шагов), держась за руки.

9-16 такты — то же влево, постепенно перестраиваясь снова в круг.

4 фигура

Музыка С

1 предложение

“Раз” — развести носки, опираясь на пятки;

“и” — ноги вместе;

“два” — развести пятки, опираясь на носки;

“и” — ноги вместе;

“три-и-четыре-и” — 4 шага к центру круга, постепенно поднимая вверх сцепленные руки;

“пять-и-шесть-и” — 4 шага назад, руки постепенно опустить.

Всю эту последовательность движений повторить 3 раза.

На последний такт 1-го предложения повернуться спиной в круг (на 4 счета) и далее на 2 предложение выполнять эти же движения, стоя спиной в круг (2 раза).

На последний такт 2 предложения повернуться лицом в круг, руки положить на плечи друг другу и сделать шаг назад (расширяя круг — также на 4 счета).

Музыка А

Повторение движений 2-й фигуры (основной танцевальный шаг), только руки лежат на плечах друг у друга.

5 фигура

Музыка С

И.П. — стоя по кругу, сцепленные руки внизу.

“раз” — шаг правой ногой направо;

“и” — левую ногу назад, поставить позади правой скрестно и присесть, руки внизу;

“два” — правую ногу в сторону направо;

“и” — левую ногу скрестно спереди на носок, руки согнуть в локтях и поднять вверх.

Повторять движения до конца этой части музыки.

6 фигура

Музыка С

И.П. — стоя по кругу, руки согнуты в локтях и слегка разведены в стороны, кисти в кулаках (можно как бы слегка держать себя за воротник).

“Раз-и-два” — перепляс на месте — на прыжке поставить ноги скрестно, перекинув левую за правую, а затем наоборот.

Повторить эти движения 4 раза — до конца предложения.

На шаге польки (раз-и-два) все перестраиваются в рассыпную, находят себе пару, кружатся “звездочкой” со своей парой.

Заключение: вариант 1 — на беге (широком) — убегают “змейкой” на места.

вариант 2 — кружение парами вправо, соединив правые руки “крендельком” (4 такта), и влево, соединив левые руки (4 такта), в конце обняться со своим партнером.

67. Кошки-Мышки

Песня Гр. Гладкова “Кошки-мышки”

Парная композиция для взрослых и детей, или детей старшего и младшего возраста. Направлена на развитие внимания, скорости реакции, а также на развитие эмоций, доверительного и теплого отношения к другим людям.

Рекомендуется включать в физкультурные занятия и праздничные утренники, спортивные развлечения.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В композиции участвуют несколько пар (5-10). В каждой паре взрослый исполняет роль Кошки, а ребенок — роль Мышки.

Вступление:

1-4 такты: выбегает Мышка, бегают, осматривает “территорию” и зовет всех остальных Мышек;

5-8 такты: выбегают все остальные Мышки, бегают врассыпную и с концом вступления перестраиваются друг за другом и становятся за 1-й Мышкой.

1 фигура

1 куплет

Мышки семенящим шагом двигаются “змейкой”.

На слова “... у них устали ножки” — Мышки расходятся врассыпную, потряхивая кистями (показывают, как у них устали ножки...).

В это время Кошки подходят к своим Мышкам, на “Мяу” вытягиваются по-кошачьи и становятся парами лицом друг к другу.

Привев:

на слова “Если...” — Кошка подает обе руки Мышке;

на слова “Кошке с Мышкой” — Мышка соответственно кладет свои руки поверх ладоней Кошки;

“... по пути” — Мышка отбегает назад и становится позади Кошки.

Кошка стоит, расставив ноги на ширине плеч, руки снизу подает Мышке и на слова “отчего ж тогда не подвести” — Мышка пробегает между Кошкиных ног (согнувшись, держась за Кошкины “лапы”).

Но повторение музыки эти же движения соответственно повторяются (2 раза).

Проигрыш:

1-8 такты: Кошки и Мышки стоят лицом друг к другу, “крутят” хвостом справа и слева (1-4 — справа, 5-8 — слева).

9-16 такты: на беге меняются местами.

Повторить 2 раза.

2 фигура

2 куплет

И.П. — Кошки и Мышки сидят на полу, руки в упоре, стопы соединены.

1-8 такты (на слова “И пели до порожка...”): попеременное сгибание и разгибание стоп;

9-16 такты (на слова... “и шелкали орешки”): наклон туловища вперед, вращательные движение руками, согнутыми в локтях (“моталочка”) — 2 раза;

на слова “... От деревушки Ложки до деревушки Пешки” — попеременное сгибание и разгибание (в колене) ног, носки оттянуты;

на слова “... пешком идти не близко” — Кошка становится на четвереньки, а Мышка садится “верхом” на Кошку и вместе “едут”;

на слова “... а на пушистой Кошке и мягко, и приятно” — Мышка гладит Кошку по спине, и в конце обе обнимаются.

Привев:

И.П. — сидя на пятках лицом друг к другу.

1 такт (на слова “если Кошке”): встать на колени, правую руку “под козырек” — как бы смотрят вдаль, на слова “... с Мышкой” — опуститься на пятки;

2 такт — то же левой рукой;

3-4 такты (на слова “отчего ж тогда не подвести”): сидя на пятках (ритмично пружинить), раскачивать сцепленными руками вправо-влево.

Повторить в соответствии с музыкой 2 раза.

Проигрыш:

1-8 такты: стоя на коленях, руки в упоре, носки оттянуты вверх — вращение тазом;

9-16 такты: Мышка опрокидывается на спину, дрыгает руками и ногами (“в обмороке”), а Кошка обмахивает ее руками (“приводит в чувство”).

На повторение музыки — движения выполняются наоборот: Кошка “падает в обморок”, и Мышка ее “приводит в чувство”.

3 фигура

3 куплет

И.П. — стоя на четвереньках.

1-8 такты: Кошка стоит на четвереньках и попеременно то выгибает, то прогибает спину, а Мышка подползает под ней на четвереньках и ползком обходит сзади. Повторить 2 раза.

На слова “Пешком идти не близко” — идут друг за другом по кругу (руки Кошек на плечах у Мышек, а руки Мышек на талии у Кошек).

Припев:

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу. Кошка стоит спиной в круг, а Мышка — лицом к центру круга.

Повторяются движения припева после 1-го куплета.

Проигрыш — повторение движений проигрыша после 1-го куплета.

На *заключение* пары поочередно удаляются на места: Кошки с Мышками стоят парами в положении “саночки” (Кошка впереди, а Мышка сзади); Кошка тянет за руки Мышку, которая, упиравшись ногами, скользит по полу, и таким образом Кошка отвозит Мышку на место.

68. Два Барана

Шуточная парная композиция на песню М. Козлова “Два Барана”

Задачи: развитие внимания, творческого воображения, способности к импровизации, а также чувства юмора.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные, интегрированные занятия, а также в программы праздников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят парами в колонне по центральной линии зала. Стоящие в правой колонке — “Белые Барашки”, стоящие в левой колонке — “Черные Барашки”.

Вступление

Дети расходятся маршем на две колонны вдоль боковых стен (рис. 68.1).

1 фигура

1 куплет

Стоя на месте (вдоль боковых стен в шеренге), маршируют.

На слова: “И на мостике горбатым повстречался с белым братом” — становятся в позу “барана”: руки согнуты в локтях, кисти в кулаках — у головы. В такой позе с притопом на сильную долю идут прямым приставным шагом вперед (навстречу друг другу — рис.68.2). До конца этих слов стоять на месте, притопывая и слегка вращая кулаками у головы.

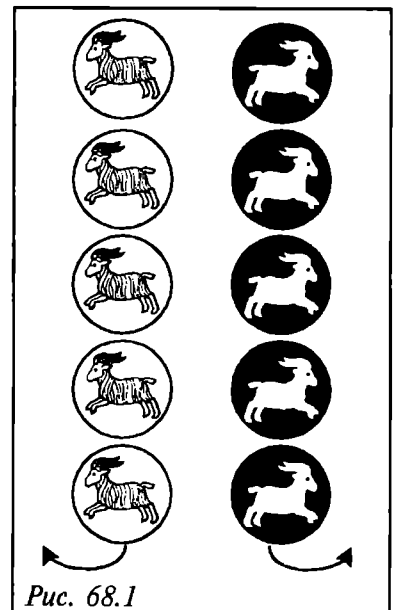


Рис. 68.1

2 фигура

2 куплет

На слова “И сказал Барашек белый...” — Белый Барашек опускает руки вниз, а Черный — руки на пояс. Белый Барашек далее выполняет движения по тексту:

“Братец, вот какое дело...” — наклон вперед, руки вперед;

“Здесь вдвоем нельзя пройти...” — указательным пальцем правой руки размахивает перед Черным Барашком (жест “нельзя”);

“Ты стоишь мне на пути” — как бы отталкивает правой рукой Черного Барашка.

На повторение этих слов движения повторяются. Черный барашек в это время стоит в “угрожающей позе”: правая нога впереди, корпус слегка наклонен вперед, брови насуслены, руки в кулаках либо у головы, либо на поясе (чтобы руки не уставали).

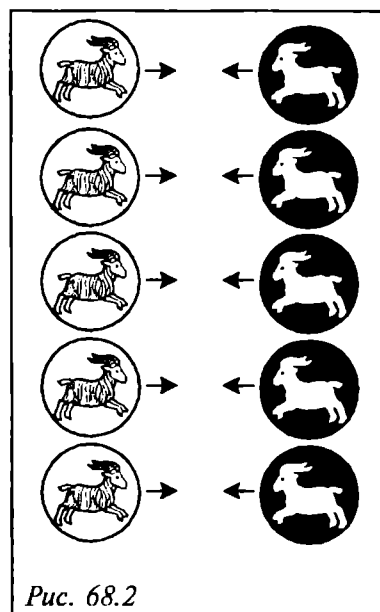


Рис. 68.2

3 фигура

3 куплет

“И сказал барашек: «Бе-е-е...»” — Черный Барашек поднимает руки со сжатыми кулаками к голове;

“Ты в своем, видать, уме?” — крутит правым указательным пальцем у виска, левая рука на поясе, корпус слегка наклонен вперед;

“Пусть мои отсохнут ноги...” — наклон вперед, размахивая руками внизу — у ног;

“Не сойду с твоей дороги” — руки со сжатыми кулаками у головы, топающий шаг на месте.

При повторении фразы движения повторяются.

Белый Барашек в это время стоит в “угрожающей позе”.

4 куплет

И.П. — стоя парами лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, полуприсед, руки сцеплены, локти разведены.

На слова “Замотал один ногами, замотал другой рогами...”

И далее до конца всего куплета выполняются следующие движения: оба Барашка берутся за руки, наклоняясь вперед и, упиравшись ногами, толкаются друг с другом вперед — назад (рис. 68.3.).

Проигрыш — все расходятся маршевым шагом спиной назад, образуя круг (рис. 68.4).

5 фигура

5 куплет

На слова: “Сверху солнышко печет...” — руки наверх;

“А внизу река течет...” — наклон вниз, руками покачать внизу;

“В этой речке...” — выпрямиться, правая

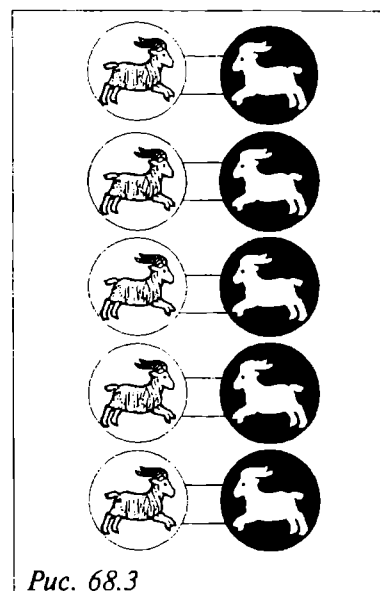


Рис. 68.3

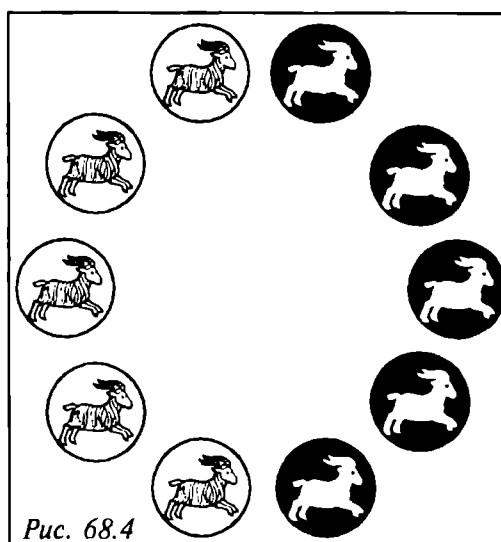


Рис. 68.4

рука направо;
 “Утром рано...” — левая рука налево;
 “Утонули два барана...” — наклон вниз, раскачивая руками вниз.
 На повторение слов движения повторяются, только в конце:
 “Утонули...” — полуоборот направо, приподняв плечи и слегка разведя руками;
 “Утонули...” — то же налево;
 “Утонули” — показать обеими руками на Баранов, лежащих посреди круга (условно).
 “Два барана!” — притоп и встать в позу “барана”.

69. Упражнение с обручами

Композиция на “Французскую песенку” в исполнении Ф. Гойи

Задачи: развитие музыкального слуха, координации движений, формирование двигательных умений.

Рекомендуется включать в физкультурные занятия и спортивные праздники.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят парами в двух concentрических кругах, обруч перед собой.

1 фигура

Музыка А

1-4 такты: ходьба (спокойная) по кругу противходом, слегка поворачивая обруч перед собой (рис. 69.1);

5-8 такты: кружение на месте, обруч поднят над головой; поворот лицом к паре из внутреннего и внешнего круга.

Повторение музыки — те же движения в другую сторону.

2 фигура

И.П. — стоя парами лицом друг к другу, взявшись обеими руками за обручи — свой и партнера — “колесами” (рис. 69.2).

1 такт: посмотреть в обруч направо, потянув рукой его на себя, а обруч в левой руке — вперед;

2 такт — то же в другом направлении;

3-4 такты — движения повторяются;

5 такт: поднять сцепленные обручи вверх, слегка раскрывая их (то есть развести руки в стороны);

6 такт — опустить обручи до И.П.;

7-8 такты — движения повторяются.

В соответствии с музыкой движения повторяются 2 раза.

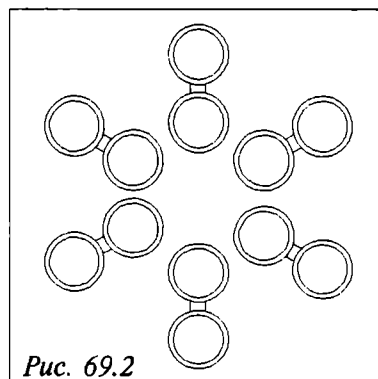
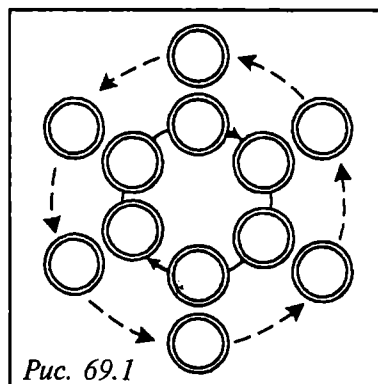
3 фигура

Музыка В

И.П. — стоя парами спиной друг к другу, обручи перед собой.

1 такт: поворот назад, не отрывая ног; ребенок, стоящий во внутреннем круге, передает обруч стоящему во внешнем круге.

2 такт — вернуться в И.П.;



3-4 такты: движения повторяются (стоящий во внешнем круге передает обруч стоящему во внутреннем круге).

Все повторить 2 раза.

4 фигура

Музыка А

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу, обруч перед собой.

1 такт: поднять правую ногу, согнутую в колене, носок оттянут, коснуться коленом обруча; вернуться в И.П.;

2 такт — то же левой ногой;

3-4 такты — повторить движения 1-2 тактов;

5-8 такты: соединив обручи, на шагах кружиться в парах.

Повторить все движения 2 раза.

5 фигура

Музыка В

Повторить движения, соответствующие музыке В.

6 фигура

Музыка А

И.П. — стоя в общем круге лицом к центру, обруч поднят над головой (рис. 69.4).

1 такт — наклон вправо (на “пружинке”);

2 такт — то же влево;

3-4 такты — повторение движений 1-2 тактов;

5 такт: положить обруч на пол (колени не сгибать);

6 такт — встать в обруч;

7 такт — повернуться спиной к центру круга;

8 такт — поднять обруч вверх (“продеть” через себя).

Повторить эти движения 2 раза, на 15-16 такты — повернуться лицом в круг.

Заключение: соединив обручи, сделать два шага к центру круга, подняв обручи вверх и слегка их наклонив “корзиночкой”.

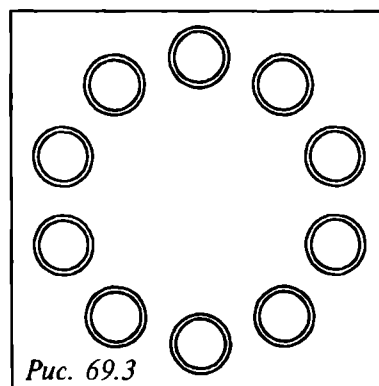


Рис. 69.3

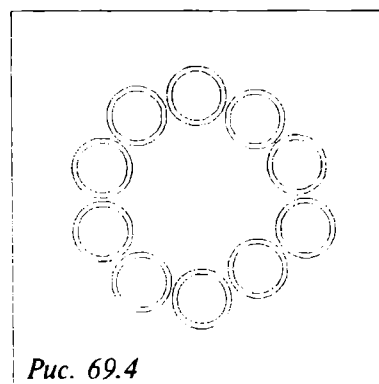


Рис. 69.4

70. Пластический этюд с обручами

Композиция на музыку Поля Мориа

Задачи: развитие музыкальности, гибкости, координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти.

Рекомендуется включать в физкультурные занятия и праздники.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети с обручами стоят парами лицом друг к другу по кругу. Обруч в руках перед собой.

Вступление:

1 такт — подняться на носки, обруч вверх над головой;

2 такт — вернуться в И.П.;

3-4 такты — движения повторяются. На последний счет повернуться друг за другом вправо.

1 фигура

Музыка А

Ходьба по кругу (противоходом):

1-2 такты: 4 шага на носках, обруч над головой;

3-4 такты: 4 обычных шага, обруч опустить до уровня плеч;

5-8 такты — движения повторяются;

9-16 такты: повторить те же движения, только ходьба выполняется в другую сторону (налево по кругу).

2 фигура

Музыка В

И.П. — стоя парами по кругу лицом друг к другу.

1 такт — обруч направо;

2 такт — обруч налево;

3-4 такты — на шагах поменяться местами с партнером по кругу;

5-8 такты — повторение движений 1-4 тактов.

3 фигура

Музыка А

И.П. — стоя в двух кругах лицом друг к другу.

1 такт — отвести обруч вправо;

2 такт — отвести обруч влево;

3-4 такты — круговое движение обручем вправо;

5-8 такты — те же движения повторяются влево.

4 фигура

Музыка С

И.П. — стоя лицом в круг, обруч перед собой.

1 такт: медленно опуститься на колени, а обручи поднять вверх над головой;

2 такт: мах туловищем направо, повернуться через правое бедро спиной в круг и встать на колени, обруч поднять над головой;

3-4 такты — движения повторяются в ту же сторону.

5 фигура

Музыка А

Дети, стоящие во внутреннем круге, идут на носках по кругу со сцепленными обручами, приподнятыми вверх.

Во внешнем круге дети в И.П. — стоя на коленях, обруч перед собой.

1 такт — наклон направо, обруч направо;

2 такт — то же налево.

Движения повторяются до конца музыки А.

6 фигура

Музыка С

Дети, стоящие во внешнем круге, выполняют движения 4-й фигуры.

Дети, стоящие во внутреннем круге выполняют следующие движения:

1 такт: поднимают обруч вверх;

2 такт: правая рука с обручем вниз и немного отвести назад, мах обручем вверх и вниз;

3 такт: повторить махи обручем (на сильную долю) снизу вверх;

4 такт: кружение на месте, обруч над головой.

7 фигура

Музыка А

И.П. — дети стоят парами по кругу, держась обеими руками за обручи (“паровозиком”).

1-2 такты: круговые движения сцепленными обручами (как колеса паровоза),
4 мелких шага от центра круга;

3-4 такты: те же движения к центру круга;

5-8 такты: повторить движения 1-4 тактов.

В конце — на замедление и расширение музыки — пары поднимают сцепленные обручи вверх (можно придумать вместе с детьми красивую позу с обручами).

71. Озорники

Образно-игровое упражнение шуточного характера

Музыка М. Зацепина к к/ф “Кавказская пленница”

Композиция направлена на развитие чувства ритма, координации движений, образного мышления, а также формирование умения выполнять прямой галоп.

Рекомендуется включать как вводную часть музыкального или физкультурного занятия.

Можно предложить детям самостоятельно придумать игровую сценку, например: “Волк и семеро козлят”, “Волк и Заяц” (по мотивам мультфильма “Ну, погоди!” и др.).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя друг за другом.

1 фигура

Музыка А — прямой галоп (“скачут на лошадке”).

Повторение музыки А — движение в обратную сторону на “топающем” шаге — руки на “руле” слегка поворачиваются.

Музыка В

1 предложение

На счет “раз-и” — правая рука вверх, на счет “два-и” — левая рука вверх.

На счет “три-и — восемь-и” — три хлопка над головой (на акценты в музыке, на слабые доли — руки в стороны).

2 предложение

На счет “раз-и” — правая рука вверх, на счет “два-и” — левая рука вверх;

на счет “три-и” — хлопок над головой, на “четыре-и” — руки в стороны,

на “пять — восемь” — кружение шагом на месте, руки согнуты в локтях, кисти в кулаках (изображают силачей).

2 фигура

Музыка А и В — повторение движений.

3 фигура

Музыка А

Прямой галоп врассыпную, на остановку в музыке — “тпрр-ру”, повторить три раза соответственно с музыкой — по направлению вперед к зрителям. В конце — остановка.

72. Маляры

Образно-игровая композиция

Музыка В. Шаинского, “Песенка о ремонте”

Задачи: развитие ловкости, четкости, координации движений, чувства ритма, выразительности пластики, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия, а также в программы праздничных утренников и развлечений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя врассыпную, правая рука согнута в локте, кулак у плеча (держит малярную кисть), левая — на поясе.

Вступление — высокий бег врассыпную. С концом вступления остановиться лицом к зрителям.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение

На слова “Мы побелим потолок... высок” — руки вытянуть вверх, обеими руками имитировать движения “красим потолок”.

2 предложение

И.П. — руки в стороны, ноги врозь.

На слова “В доме каждая стена должна” — тянуться вправо-влево за руками, перенося вес тела с правой на левую ногу — в соответствии с ритмом музыки на каждый счет.

На повторение слов “быть” — правая рука вперед,
 “дол-” — левая рука вперед,
 “-жна” — руки на пояс, 2 “пружинки”.

Припев:

1 фраза (“Все-у...”): 2 раза правую ногу на пятку на прыжке и в И.П. Руки одновременно раскрываются ладонями вперед и в И.П.;
 “...ме-ем” — то же левой ногой;

2 фраза: “И без лишних разговоров” — повторение движений 1-й фразы;

3-4 фразы (“И заменим штукатуров, полотеров”): кружение на подскоках на месте, руки внизу энергично двигаются;

5 фраза: (“а маляров и плотников”): несколько мелких шагов к центру, руки плавно вверх, на акцент в конце фразы (синкопу) — притоп правой ногой и хлопок в ладоши;

6 фраза (“и других работников”): несколько шагов спиной назад в круг, руки плавно вниз, на акцент в конце фразы (синкопу) — также притоп правой ногой и хлопок в ладоши;

7 фраза: кружение на месте вправо на шагах, руки слегка развести, на акцент в конце фразы (синкопу) — притоп правой ногой и хлопок в ладоши;

8 фраза: то же влево.

Проигрыш: бег высоким шагом по кругу.

2 фигура

И.П. — стоя лицом к центру, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Запев:

1 предложение.

1 фраза: “И обои есть у нас ” — правую ногу на пятку, наклон к правой ноге, “моталочка” — вращательные движения согнутыми в локтях руками

вправо-вниз;

“есть у нас, есть у нас” — выпрямиться;

“Хватит даже про запас” — то же влево;

“Про запас, про запас” — выпрямиться.

2 предложение

1 фраза: “Под рукой” — руки вверх, встать на носки;

“найдется клей” — присесть, руки к полу;

2 фраза: “С песней клеить веселей” — повторить движения 1-й фразы.

На слово “Ве-” — правая рука вперед, “-се-” — левая рука вперед, “-лей” — руки на пояс, 2 “пружинки”.

Привев: движения повторяются соответственно как в 1-й фигуре.

Проигрыш: высокий бег по кругу (как на вступление).

3 фигура

3 куплет

Запев:

1 фраза (“мы мастикой пол натрем, пол натрем, пол натрем”) — имитация движения “натирка пола” — энергичные скользящие движения правой ногой, левая неподвижно на полу, кисти сжатые кулаки, двигаются синхронно с правой ногой;

2 фраза (“чтоб себя там видеть в нем, видеть в нем, видеть в нем”) — то же другой ногой;

3 фраза (“Чтоб пальто повесил гость”) — имитация движений “забиваем гвозди” — кулак правой руки ударяет по кулаку левой руки;

4 фраза (“мы забьем у входа гвоздь”) — повторить движения 3-й фразы, помняв положение рук;

на слова: “Гвоздь, гвоздь, гвозды!” — энергичные удары кулаком по кулаку — 3 раза соответственно словам и музыке.

Привев: повторить движения соответственно музыке и тексту.

Проигрыш — повторить движения как на вступление (бег врассыпную).

4 фигура

Повторение движений 1-й фигуры (лицом к зрителю).

73. Птичий двор

Песня “Ки-ко-ко” в исполнении Пипо Франко

Задачи: развитие чувства ритма, координации движений, воображения, способности к импровизации.

Рекомендуется включать как вводную или заключительную часть музыкального или физкультурного занятия.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят в колонне друг за другом.

Вступление — стоя слушают музыку.

С началом пения идут друг за другом, изображая различных домашних птиц (уток, гусей, петухов и т.д.).

1 фигура

Музыка А

Идут друг за другом, выполняя упражнения для рук:

- 1 — руки в стороны, кулаки разжать;
- 2 — руки к плечам, пальцы в кулаки;
- 3 — руки вверх, кулаки разжать;
- 4 — руки к плечам, пальцы в кулаки;
- 5-8 — повторить эти же движения;
- 9-12 — ходьба на носках;
- 13-16 — руки за спиной, кисти поддерживают локти, ходьба на пятках.

Музыка В

И.П. — стоя лицом в круг, руки согнуты в локтях, ладони развернуты вперед.

- 1 (на слова “ки-ки-ки”) — права рука вверх и вниз — на “пружинке”;
- 2 (“ко-ко-ко”) — то же левой рукой;
- 3-4 — обе руки в стороны, голова чуть-чуть вперед, затем в И.П. — 2 раза.

2 фигура

- 1 фраза — 4 шага вперед к центру круга;
 - 2 фраза — 4 прыжка спиной назад, похлопывая себя по бокам ладонями.
- Повторить 4 раза.

Музыка В — повторение движений, описанных на музыку В в 1-й фигуре.

3 фигура

Ходьба в образе любой домашней птицы (утки, курочки и т.д.), через каждые 8 тактов (предложение) менять характер ходьбы.

Музыка В — произвольное повторение движений соответственно музыке.

На повторение музыки В добавить следующие движения:

- на “раз” — поднять правую ногу, согнутую в колене, руки (“крылышки”) слегка отвести в стороны;
 - на “и” — встать прямо;
 - на “два-и” — повторить движения;
 - на “три-и-четыре-и” — то же другой ногой;
- Повторить 2 раза.

4 фигура

Ходьба вперевалочку — на внешней стороне стопы, как “уточки”.

5 фигура

И.П. — стоя лицом в круг.

1 фраза: наклон туловища вперед-вниз, руками выполнять “моталочку” — вращательные движения согнутыми в локтях руками, кисти в кулаках перед собой;

2 фраза: продолжая выполнять “моталочку”, медленно выпрямиться.

Повторить 4 раза.

Музыка В — повторение движений.

6 фигура

Ходьба в образе любой домашней птицы (утки, курочки и т.д.), через каждые 8 тактов (предложение) менять характер ходьбы.

Музыка В — повторение движений.

7 фигура

Ходьба врассыпную с имитацией поиска зернышек.

Музыка В — повторение движений, стоя врассыпную лицом к “зрителям”.

8 фигура

Ходьба врассыпную, затем кружение на месте, остановка, 4 небольших приседания.

Заключение (“Марш” Мендельсона).

Семь шагов вперед, одновременно ритмично похлопывая себя ладонями по бокам, на счет “восемь” — прыжок и четкая остановка.

74. Аэробика

Образно-игровая композиция физкультурной направленности

Музыка Ю. Чичкова

Задачи: развитие координации движений, быстроты реакции, внимания, чувства ритма, способности к импровизации, адекватной оценки и самооценки.

Рекомендуется включать в физкультурные и музыкально-ритмические занятия, утреннюю гимнастику.

Примечание: после разучивания композиции по данному описанию можно предложить детям самостоятельно придумать свой комплекс упражнений под эту музыку.

Вариант творческого задания: подумать, с каким атрибутом (лентами, мячом, обручем, палкой и т.д.) можно выполнять движения под эту песню. Затем дети делятся на 3 подгруппы по выбранному атрибуту (в соответствии с количеством куплетов в песне). Далее на 1-й куплет (воспитатель произвольно показывает атрибут) выходят дети одной из подгрупп с соответствующим атрибутом и импровизируют движения, аналогично остальные подгруппы придумывают упражнения в соответствии с музыкой и спортивным атрибутом (мячом или обручем).

После исполнения упражнения дети оценивают импровизацию друг друга с точки зрения:

- соответствия движений музыке;
- удобства выполнения движений с данным атрибутом;
- оригинальности, неординарности движений;
- координации, ловкости и точности исполнения двигательных упражнений.

Обручи, мячи и палки,
Ленты длинные, скакалки
Нас подружат с физкультурой,
Будем мы стройней фигурой.
И, конечно, здоровей,
Ловче, крепче и сильней.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги вместе, руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулаки.

Вступление: шаг на месте с перекатом (8 тактов), затем перейти на бег на месте.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение

На “раз” — руки вправо вверх, кулаки разжать.

На “два” — руки к плечам, ноги пружинят.

Повторить эти движения до конца 1-го предложения — 8 раз, на последний такт — бег на месте, маховое круговое движение руками.

2 предложение

На “раз — два” — маховые скрещивающиеся движения руками справа-внизу

(“ножницы”), ноги пружинят.

На “три-четыре” — то же слева.

Повторить эти движения по 2 раза справа и слева.

На слова “Если с детства вам поможет ” — выполняя “ножницы”, плавно поднять руки снизу вверх.

На слова “Аэробика, друзья” — два маховых круговых движения руками.

Приве:

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки в стороны.

На слово “Аэробика” — руки махом скрещиваются внизу и возвращаются в И.П., ноги пружинят.

На повторение слова “Аэробика” движение повторяется.

Третий раз на слово “Аэробика” — круговое движение руками.

Далее на повторение слов движения соответственно повторяются и на последнее скандированное слово “а-э-ро-би-ка” — бег на месте, одновременно над головой маховое скрещивающееся движение руками в ритме музыки.

Проигрыш — бег по кругу друг за другом.

2 фигура

2 куплет

Запев:

1 предложение

И.П. — сидя, руки в упоре, ноги согнуты в коленях, стопы на полу.

На “раз” выпрямить ноги, носки оттянуты,

на “два” — вернуться в И.П.,

на “три” — выпрямить правую ногу, подняв ее углом вверх (носок оттянут),

на “четыре” — опустить ногу.

Далее движения повторяются до конца предложения, только поднять углом левую ногу.

На последний такт выпрямлять колени на каждую восьмую (каждый счет), ставя ногу, согнутую в колене, на пол на носок.

2 предложение

На “раз” — положить согнутые в коленях ноги на пол справа,

на “два” — поставить ноги прямо (вернуться в И.П.),

на “три” — поднять углом обе ноги (колени прямые),

на “четыре” — вернуться в И.П.

Повторить эти движения до конца 1-го предложения, попеременно поворачивая ноги то направо, то налево. На последний такт выпрямлять колени на каждую восьмую (каждый счет), ставя ногу, согнутую в колене, на пол на носок.

Приве:

на “раз” — поднять углом правую ногу (рис. 74.1),

на “два” — опустить,

на “три-четыре” — то же левой ногой,

на слово “аэробика” — поочередное выпрямление ног (носки оттянуты).

Повторить эти движения еще раз в соответствии с музыкой, на скандированное слово “а-э-ро-би-ка” — выпрямление ног в соответствии с ритмом.

Проигрыш:

И.П. — лежа на животе, руки, согнутые в локтях, перед грудью, голова приподнята.

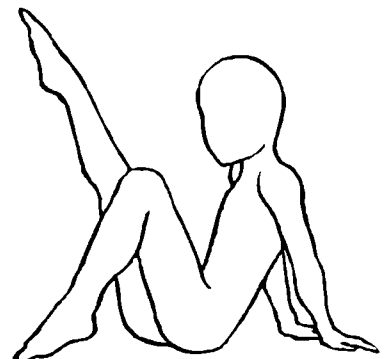


Рис. 74.1

Болтать в такт музыке ногами, поочередно сгибая и разгибая колени, носки оттянуты (рис. 74.2).

3 фигура

Запев:

И.П. — сидя на пятках, руки перед собой.

1 предложение

Постепенно поднимаясь на колени, выполнять “моталочку” (вращение согнутыми в локтях руками), затем, плавно опускаясь, сесть на пятки. Повторить 4 раза в соответствии с музыкальными фразами.

2 предложение

Повторить движения 2-го предложения 2-го куплета.

Припев:

Повторить движения 2 фигуры. После паузы встать, побежать на места (враспынную в зале) и повторить движения припева 1-го куплета.

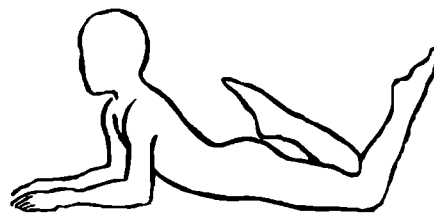


Рис. 74.2

75. Воздушная кукуруза

Музыкально-ритмическая композиция спортивной направленности

Музыка Тома Спенсера

Задачи: развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений, гибкости и пластичности.

Рекомендуется включать в комплексы общеразвивающих упражнений.

После разучивания данной композиции можно предложить детям придумать свои движения на эту музыку.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П — стоя, ноги врозь, руки внизу.

Вступление — пружинно приподниматься на носках и опускаться на пятки в ритме музыки (на каждый счет).

1 фигура

Музыка А

На “раз-и” — поворот головы направо;

на “два-и” — голова прямо;

на “три-и” — поворот головы налево;

на “четыре-и” — голова прямо ;

на “пять-и” — повернуть голову направо, описав подбородком полукруг;

на “шесть-и” — то же налево;

на “семь-и-восемь-и” — круговое движение головой.

Повторить движения 2 раза.

2 фигура

На “раз-и-два” — правое плечо отвести назад (рука “тяжелая”);

на “три-и-четыре-и” — левое плечо отвести назад;

на “пять-и-шесть-и-семь-и-восемь-и” — вращательные движения плечами и лопатками назад — 4 раза.

Повторить эти движения 2 раза.

3 фигура

И.П. — стоя, ноги врозь, руки на поясе.

На “раз-и” — поворот туловища направо, левый локоть вперед (рис. 75.1).

На “два-и” — встать прямо;

на “три-и” — поворот туловища налево, правый локоть вперед;

на “четыре-и” — встать прямо;

на “пять-и-шесть-и” — 2 наклона туловища вправо (на каждый счет);

на “семь-и-восемь-и” — то же влево;

Повторить движения 2 раза.



Рис. 75.1

4 фигура

И.П. — стоя, прямые руки вперед.

На “раз-и” — мах правой ногой вперед, достать носком правой ноги кисти левой руки;

на “два-и” — встать прямо;

на “три-и” — мах левой ногой;

на “четыре-и” — встать прямо;

на “пять-и-шесть-и” — коснуться 2 раза согнутым коленом правой ноги локтя левой руки,

на “семь-и-восемь-и” — то же левой ногой.

Повторить движения 2 раза.

5 фигура

Музыка В

На “раз-и” — плавно опуститься на колени, потянуться руками вверх, прогнуться;

на “два-и” — сесть на пятки в группировку, руки назад (рис. 75.2);

на “три-и-четыре-и — восемь-и” — повторить эти же движения (всего 4 раза).

6 фигура

И.П. — сесть на пол, ноги вместе.

На “раз” — наклон туловища вперед к носкам, руками развести как при плавании “брассом”;

на “и” — вернуться в И.П.

Повторить 4 раза.

На “пять-и” — лечь на спину;

на “шесть-и” — сесть, наклон вперед, достать пальцами носки ног.

Повторить 2 раза.

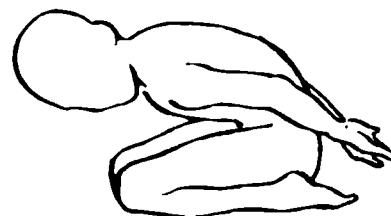


Рис. 75.2

7 фигура

Музыка А

И.П. — сидя на полу, ноги прямые вместе.

На “раз-и-два-и” — потянуться 2 раза правой рукой к носку;

на “три-и-четыре” — то же левой рукой;

на “пять-и-шесть-и-семь-и-восемь-и” — руки в упоре, поочередно сгибать и разгибать ноги в коленях, носки оттянуты.

Повторить 2 раза.

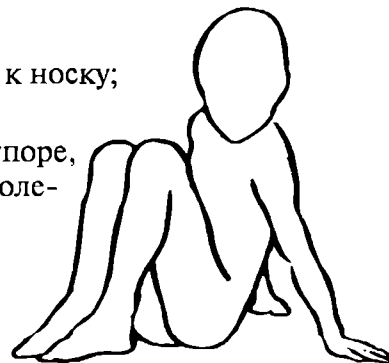


Рис. 75.3

8 фигура

И.П. — сидя, руки сзади в упоре, ноги согнуты в коленях, стопы на полу (рис. 75.3).

На “раз-и” — положить обе согнутые ноги направо;
 на “два-и” — вернуться в И.П.;
 на “три-и-четыре-и” — то же налево;
 на “пять-и-шесть-и-семь-и-восемь-и” — руки в упоре, поочередно сгибать и
 разгибать ноги в коленях, носки оттянуты.

Повторить 2 раза.

9 фигура

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

На “раз-и” — присесть;

на “два-и” — выпрямиться;

на “три-и-четыре-и” — то же;

на “пять-и-шесть-и” — поворот туловища на “пружинке” направо, левый локоть вперед;

на “семь-и-восемь-и” — то же налево.

Повторить 2 раза.

Заключение

Руки плавно через стороны вверх и вниз, одновременно пружиня на носках (отрывая пятки), в конце — приподняться на носки — “вдох”, опуститься на пятки — “выдох”; в ритме музыки повторить 4 раза.

76. Кавалеристы

Музыкально-ритмическая композиция спортивной направленности

Песня “Эскадрон” О. Газманова

Задачи: развитие чувства ритма, координации, точности, выразительности исполнения движений, памяти и произвольного внимания, быстроты реакции.

Рекомендуется включать в музыкальные, музыкально-ритмические и физкультурные занятия.

Может использоваться как вводная часть комплекса общеразвивающих упражнений.

Установка: представить себя лихим кавалеристом (наездником).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят друг за другом.

Вступление

1 часть — (“Рассвет”) — руки плавно через стороны вверх, встать на носки (вдох), затем опуститься на пятки, руки плавно через стороны вниз.

2 часть — И.П. — стоя, руки за спиной, кистями держаться за локти. Ходьба пружинящим шагом, носки скользят по полу (оставляют следы на песке).

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение — повторить движения, как на 2-ю часть вступления.

2 предложение — прямой галоп в другую сторону, правая рука держит “шашку”, левая — “поводья”.

На последний такт шагом развернуться лицом в круг.

Припев

И.П. — стоя, руки вытянуты прямо-вверх, кисти прямые.

- 1 фраза: на слова “Мои мысли мои скакуны” — на “пружинке” сгибать кисти рук вниз, одновременно наклоняя голову;
- 2 фраза (“словно искры”): маховые скрещивающиеся движения руками над головой, на “пружинке” (4 раза);
- 3 фраза (“обгоня”): маховое круговое движение правой рукой (2 раза), затем левой рукой (2 раза);
- 4 фраза: маховое круговое движения обеими руками одновременно (4 раза).

2 фигура

2 куплет

Запев:

- 1 предложение — шаг с припаданием, двигаясь друг за другом по кругу. В правой руке “шашка”, в левой — “поводья”.
- 2 предложение — прямой галоп.

Припев: движения повторяются в соответствии с музыкой.

Проигрыш: повторить движения, как на 2-ю часть вступления (ходьба пружинящим шагом).

Припев: движения повторяются.

На повторение припева движения повторяются либо дети импровизируют свои комбинации в соответствии с образом кавалериста.

77. Свежий ветер

Музыка О. Газманова

Задачи: развитие чувства ритма, координации, точности, выразительности исполнения движений, двигательной памяти и произвольного внимания, быстроты реакции, обогащение двигательного опыта.

Рекомендуется включать в музыкальные, музыкально-ритмические и физкультурные занятия. Может использоваться в комплексе общеразвивающих упражнений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят врассыпную по всему залу.

Вступление

- 1 предложение: дети двигаются врассыпную на подскоках.
- 2 предложение: кружение на месте на подскоках, одновременно выполняя скрестные маховые движения над головой.

На последний такт — 2 вдоха, приподнимаясь на носки и приподнимая плечи, а затем опускаясь на пятки.

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение

- 1 фраза: “Я сегодня” — шаг правой ногой вправо, руки в стороны, “не такой” — левую ногу приставить, слегка присесть, руками обхватить себя сзади; “как вчера” — повторить движения в ту же сторону;

2 фраза — то же влево;

3-4 фразы — движения повторяются;

2 предложение

1 фраза: “свежий ветер, он не зря прилетал” — скрестные маховые движения руками справа и слева вниз — по 2 раза;

2 фраза: “пыль встряхнул” — те же движения;

3 фраза — скрестные маховые движения руками снизу вверх, ноги пружинят;

4 фраза — те же движения сверху вниз.

Припев:

1 фраза (“подем, подем”): 4 подскока с продвижением вперед на правой и левой ногах, локти тянутся к противоположным коленям;

2 фраза: 4 прыжка на двух ногах спиной назад, руки, согнутые в локтях, пружинно выпрямлять от себя, одновременно выпрямляя пальцы, затем снова сжимая их в кулаки и сгибая в локтях (“кавалеристы”);

3-4 фразы — движения повторяются.

Проигрыш — шаг на месте, “вдох” — “выдох”.

2 фигура

2 куплет

Запев:

1 предложение

1 фраза: шаг вправо — 3 пружинящих наклона вниз, коснуться пальцами (ладонями) пола, на счет “четыре” — выпрямиться, ноги вместе;

2 фраза — шаг влево, движения повторяются.

2 предложение

1 фраза: поворот направо, присесть на правую ногу, левая прямая сзади, руки опираются на правое колено, 3 пружинящих движения на правой ноге, на счет “четыре” — выпрямиться;

2 фраза — поворот налево, то же на левой ноге;

3 фраза: те же движения выполняются лицом к “зрителю”, правую ногу вперед, левую прямую назад;

4 фраза — те же движения, поменять положения ног.

Припев: движения повторяются.

Проигрыш: движения, как на вступление.

3 фигура

Запев:

1 предложение

И.П. — стоя, руки вправо-вверх параллельно.

1 фраза: имитация стрельбы из лука. На “раз-и-два-и-три-и” — 3 раза правую руку резко на себя и вытянуть, ноги пружинят (рис. 77.1).

На “четыре” — дугообразно развести руки в стороны.

2 фраза — то же в другую сторону левой рукой;

3-4 фразы — повторить движения 1 и 2-й фраз.

2 предложение

И.П. — стоя, руки на поясе.

1 фраза: три раза потянуться правой рукой через голову влево (ладонью), на счет “четыре” — вернуться в И.П.;

2-4 фразы — движения повторяются.

Припев: повторить движения соответственно музыке.

Повторение припева: 8 прыжков на правой ноге, левой 8 раз ударить носком о

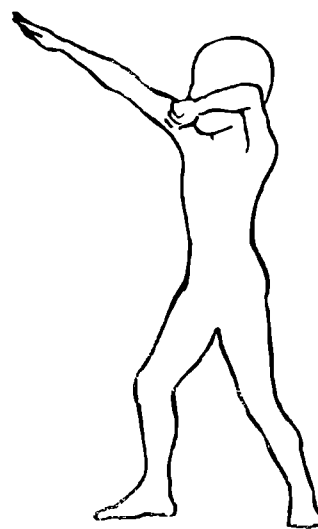


Рис. 77.1

пол. Руками выполнять “моталочку” (“наматывать поводья”).

Затем повторить то же, поменяв положение ног.

Повторить 2 раза.

Последние 2 такта — ноги попеременно на носок, руками выполнять скрестные маховые движения над головой, в конце — шаг на месте, руки через стороны вниз. Четкая остановка с концом музыки.

78. Танец моряков

Парный танец. Песня “Морячка” О. Газманова

Задачи: развитие чувства ритма, координации, точности, выразительности исполнения движений, двигательной памяти и произвольного внимания, быстроты реакции, обогащение двигательного опыта.

Рекомендуется включать в музыкальные, музыкально-ритмические и физкультурные занятия. Может исполняться в программе утренников и концертов.

В танце участвуют несколько пар — мальчиков и девочек 7-10 лет.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — дети стоят в двух шеренгах у центральной стены: девочки впереди, а мальчики сзади (рис. 78.1).

Вступление:

1 часть — слушают музыку.

2 часть — маршевая музыка:

1 предложение — мальчики идут маршем и перестраиваются в шеренгу вдоль боковой стены зала, девочки в это время хлопают в ладоши.

2 предложение — девочки перестраиваются в шеренгу, а мальчики хлопают.

К началу запева все берутся за руки, образуя 2 цепочки (рис. 78.2).

1 фигура

1 куплет

Запев:

1 предложение

1 фраза: 2 приставных шага вправо, на счет “четыре” — притоп;

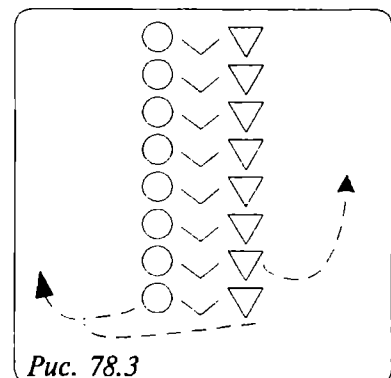
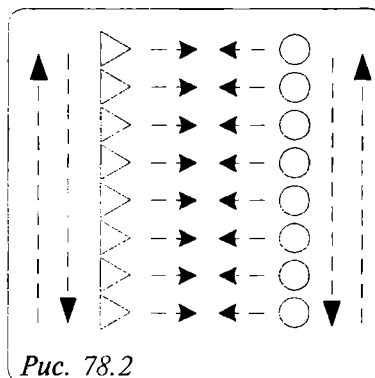
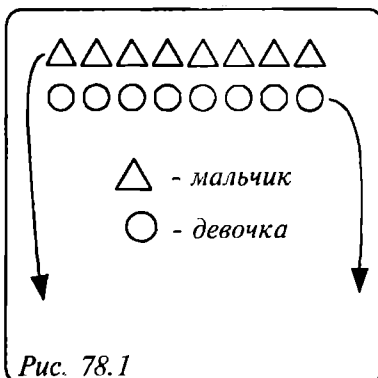
2 фраза — то же влево;

3 фраза: три шага вперед, сцепленные руки вверх, на счет “четыре” — притоп;

4 фраза: три шага спиной назад, на счет “четыре” — притоп.

2 предложение

1-2 фразы — движения повторяются;



3 фраза: идут навстречу друг другу, расцепляют руки в цепочке и берутся за руки со своей парой (рис. 78.3);

4 фраза: кружение парами на шагах, руки “лодочкой”.

3 предложение

1-4 фразы: расходятся парами направо и налево, образуя круг.

4 предложение

1-2 фразы: кружение шагом в парах по линии танца, руки “лодочкой”;

3-4 фразы: кружение в другую сторону, к концу запева остановиться лицом друг к другу, мальчики стоят спиной в круг (рис. 78.4).

Припев:

1 фраза — “ты — морячка” — девочка приседает;

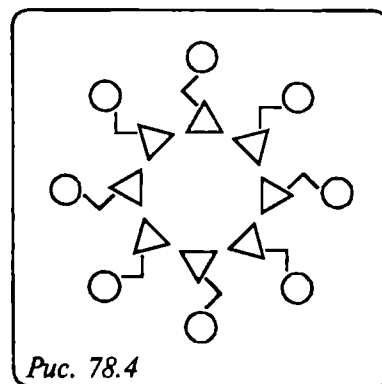
2 фраза — “я — моряк” — мальчик приседает;

3-4 фразы — движения повторяются;

5-6 фразы — “Ты на суше, я — на море” — расходятся спиной назад, у мальчика руки за спиной, у девочки — на юбочке;
На счет “четыре” — притоп.

7-8 фразы: “и не встретимся никак” — снова подходят друг к другу, берутся за руки.

2 фигура



2 куплет

Запев:

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

1 предложение

1 фраза: “я любимой” — правую ногу на пятку, руки в стороны;
“говорил” — вернуться в И.П.;

2 фраза — то же в другую сторону;

3-4 фразы: меняются местами шагом “с каблучка”, руки на поясе, слегка приподнимая плечи в такт музыке.

2 предложение

Движения те же, в конце запева на слово “любил” — обнимаются.

Припев — движения те же.

3 фигура

1 предложение

Девочки идут по кругу шагом “с каблучка”. Мальчики в это время отступают назад спиной к центру.

И.П. — правая нога впереди на пятке, левая прямая сзади, руки опущены.

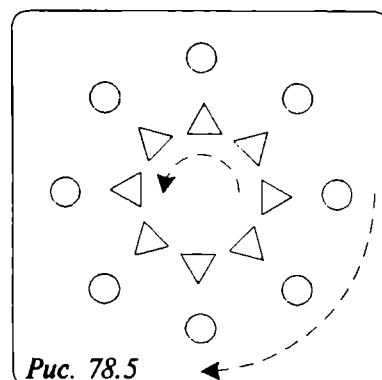
Мальчики имитируют движениями плавание брассом — руками разводят впереди себя от центра в стороны, наклоняясь вперед и перенося вес тела на правую ногу — 4 раза.

2 предложение

Девочки идут по кругу в другую сторону, а мальчики поворачиваются лицом к центру и, наклоняясь к левой ноге (правая нога сзади), руками выполняют “моталочку” (наматывают лебедку) — 4 раза соответственно музыке.

К концу запева девочка подходит к своему мальчику, берет его за талию сзади и на последний такт оттаскивает назад, разворачивая к себе лицом.

Припев — движения повторяются



Проигрыш:

часть 1 (маршевая музыка) — дети идут по кругу противолодом вправо (рис. 78.5) и расходятся затем врассыпную на 2 шеренги (как в начале танца).

часть 2 (плясовая) — свободная пляска (моряки и морячки гуляют, солисты пляшут, остальные хлопают в ладоши).

Заключение — повторить движения запева 1-го куплета (1-4 фразы) — 4 раза, затем дети шеренгами уходят приставным шагом вправо (противолодом, рис. 78.6) до конца музыки, на заключительный аккорд — при топ, правую руку вверх (жест- прощание).

Возможны и другие варианты окончания, например:

- а) дети сходятся приставным шагом в полукруг;
- б) девочки уходят в одну сторону (на линию зрителей), а мальчики — к центральной стене, в это время трое детей выносят мачту и натянутые флажки, таким образом за “кораблем” выстраивается команда.

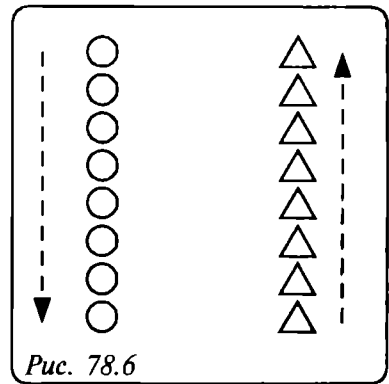


Рис. 78.6

79. Красный сарафан

Танцевальная композиция для девочек

Музыка А. Варламова, аранжировка Дж. Ластва

Задачи: развитие музыкальности, выразительности движений, освоение элементов русской пляски.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия. Третий вариант (танцевальный) может быть включен в программу праздничного утренника.

Установка: внимательно слушать музыку, представить себе, как “плывут” девицы-красавицы, как они величаво, с достоинством танцуют. Обратит внимание на плавность, напевность мелодии, которую можно петь “про себя”. В процессе движения стараться “петь собственным телом”, сливаясь с музыкой.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вариант 1

И.П. — дети стоят полукругом у центральной стены, руки сцеплены.

1 фигура

Ходьба хороводным шагом (шаг на каждую восьмую) “змейкой” (рис. 79.1).

2 фигура

Перестроение в круг спиной к центру и таким образом продолжение ходьбы (тем же шагом).

3 фигура

1 фраза — 4 шага к центру круга, сцепленные руки плавно вверх (рис. 79.2);

2 фраза — 4 шага назад, руки плавно вниз;

3-4 фразы — повторить движения 1 и 2-й фраз;

5 фраза — кружение на месте вправо на носках, руки внизу;

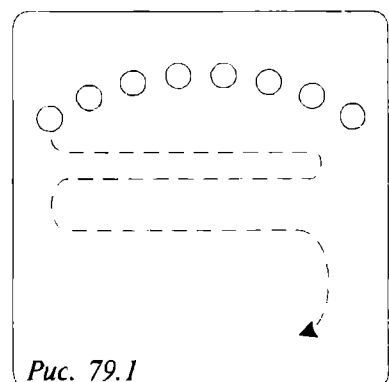


Рис. 79.1

6 фраза — опуститься на колени, сесть на пятки, голову наклонить к коленям.

4 фигура

1 фраза: на “раз-и-два-и” — встать на колени, сцепленные руки вверх, спину прогнуть, голову направо;

на “три-и-четыре-и” — опуститься на пятки;

2 фраза — повторить эти же движения;

3 фраза: на “раз-и-два-и” — поставить правую ногу на стопу;

на “три-и-четыре-и” — встать прямо, сцепленные руки наверху;

4 фраза — кружение на месте шагом, руки расцепить, плавно через стороны опустить;

5-8 фразы — разойтись в рассыпную.

5 фигура

1 фраза — 4 шага с припаданием направо (рис. 79.3);

2 фраза — 4 шага с припаданием налево;

3 фраза — 4 медленных (на каждую четверть) шага вперед, руки внизу (рис. 79.4);

4 фраза — низкий поклон (правая рука на “раз” — к левому плечу, на “два” — к голове, на “три” — наклон вниз, на “четыре-и” — выпрямиться).

Вариант 2

Все движения повторяются до 4 фигуры, 5-й фразы.

4 фигура

5-6 фразы: из круга за ведущими перестроиться в две шеренги вдоль боковых стен (рис. 79.5).

5 фигура

1 фраза: 4 шага с припаданием направо, стоя в шеренге (противоходом) (рис. 79.6);

2 фраза: 4 шага с припаданием налево (в шеренге);

3 фраза: 8 шагов за ведущими с перестроением в полукруг у центральной стены зала, руки внизу (рис. 79.7, 79.8);

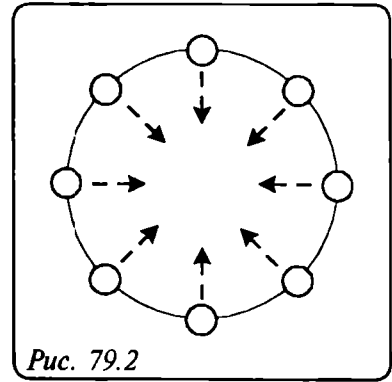


Рис. 79.2

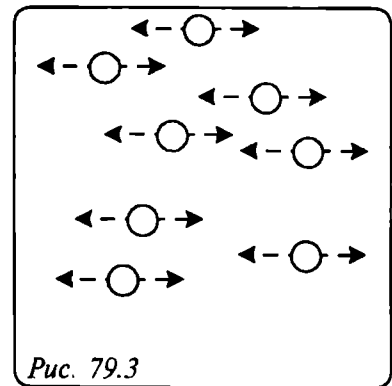


Рис. 79.3

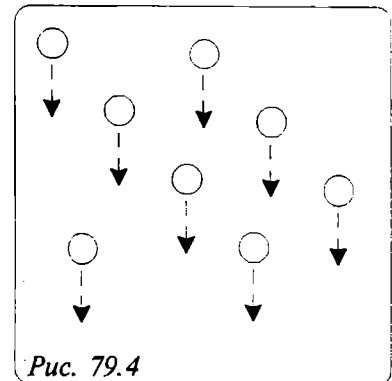


Рис. 79.4

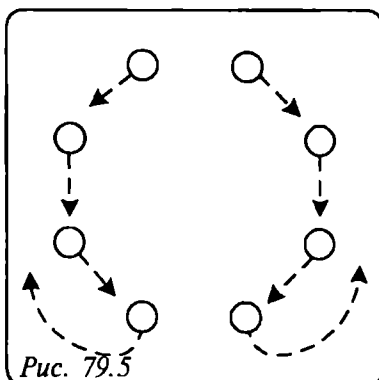


Рис. 79.5

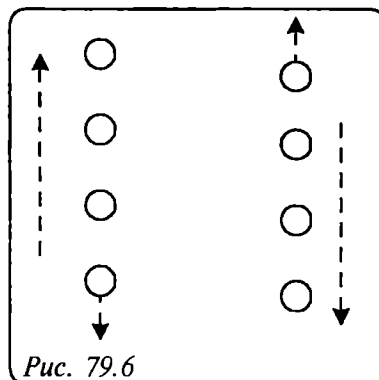


Рис. 79.6

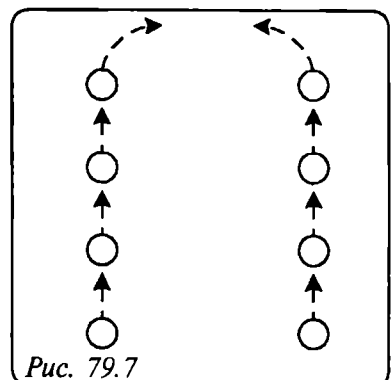


Рис. 79.7

4 фраза: низкий поклон (правая рука на “раз” — к левому плечу, на “два” — к голове, на “три” — наклон вниз, на “четыре-и” — выпрямиться).

Вариант 3 (танцевальный)

Все исполнители распределяются на “первый” и “второй”.

С 1 по 2-ю фигуры (до 5-й фразы) движения исполняются так же, как и в варианте 1.

3 фигура

5 фраза — кружение на месте шагом направо, руки вниз;

6 фраза — “первые” кружатся влево, а “вторые” идут к центру и образуют внутренний круг (руки плавно вверх и вниз) (рис. 79.9).

4 фигура

1 фраза: девочки, стоящие в двух концентрических кругах, одновременно меняются местами (“первые” заходят в круг, а “вторые” отходят назад спиной), руки одновременно плавно вверх и плавно вниз (рис. 79.10);

2 фраза — так же поменяться местами в кругах;

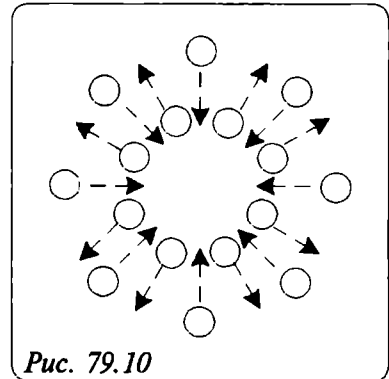
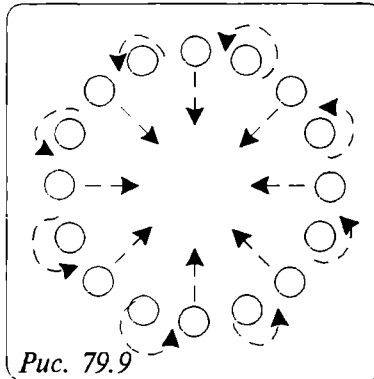
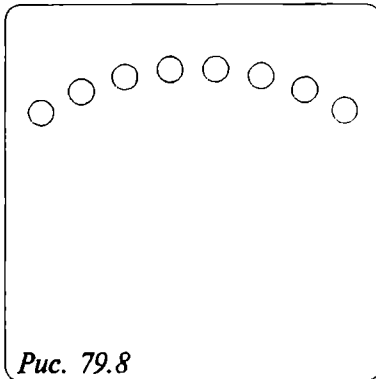
3 фраза: на “раз-и-два-и” — девочки, стоящие во внутреннем круге, делают 2 шага к центру, руки плавно вверх;

на “три-и-четыре-и” — девочки, стоящие во внешнем круге, делают 4 шага к центру, руки плавно вверх;

4 фраза: все отходят спиной назад, перестраиваясь в общий круг, руки плавно вниз;

5-6 фразы: перестраиваются за ведущими в две шеренги вдоль боковых стен зала (как в варианте 2).

Далее до конца танца исполнять движения, описанные в варианте 2.



80. Светит месяц

Танцевальная композиция

Русская народная мелодия в обработке и исполнении Ф. Гойи

Задачи: знакомство с музыкальной формой “вариации”, развитие чувства ритма, координации и выразительности движений, освоение элементов русской пляски.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия.

После разучивания композиции можно предложить детям самостоятельно придумать пляску или хоровод на данную музыку.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя врассыпную.

1 вариация

1-2 фразы — имитация игры на дудочках;

3-4 фразы: продолжая играть на дудочках, дети гуляют по залу в свободных направлениях;

5-6 фразы — повторение движений 1-2 фраз;

7-8 фразы: продолжая играть на дудочках, шагом перестраиваются в круг.

2 вариация

1-2 фразы — ходьба по кругу хороводным шагом;

3-4 фразы — то же в другую сторону;

3 вариация

1-2 фразы — ходьба на носках дробным шагом (на каждую восьмую);

3-4 фразы — то же в другую сторону.

4 вариация

1-2 фразы — шаг с притопом;

3-4 фразы — ходьба топающим шагом (на каждую долю).

5 вариация

Импровизация плясовых движений, к концу вариации сесть на пол, лицом в круг.

6 вариация

И.П. — сидя на полу лицом к центру круга, ноги вместе:

1 фраза: “идут” сидя, передвигая поочередно прямые ноги вперед, руки тянутся вперед поочередно, на счет “восемь” — хлопок в ладоши;

2 фраза: таким же образом возвращаются назад в круг;

3 фраза: на “раз” — положить согнутые в коленях ноги направо на бедро, руки в стороны, на “и” — ноги поставить на пол, руки на пояс, на “два” — то же в другую сторону;

4 фраза — повторение движений 3 фразы.

7 вариация

И.П. — сидя, руки сзади в упоре.

1-2 фразы: упираясь на руки, приподняться от пола, выбрасывать ноги, носки оттянуты;

3-4 фразы: опираясь на правую руку (левая рука вверх), ходьба “циркулем” (колени можно согнуть).

8 вариация

И.П. — стоя в кругу, руки сцеплены.

1 фраза: 8 шагов к центру, руки плавно вверх, на счет “8” — притоп, сказать “Ух!”;

2 фраза: 8 шагов назад спиной, руки плавно вниз, на счет “8” сказать “Ох!”;

3 фраза: кружение направо топающим шагом;

4 фраза: кружение налево топающим шагом.

9 вариация

Повторение движений 8 вариации.

Заключение — притоп, руки вверх.

81. Калинка

Танцевальная композиция

Русская народная мелодия, аранжировка и исполнение Ф. Гойи

Задачи: развитие музыкального слуха, координации движений, умения замедлять и ускорять движения в соответствии с темпом музыки, обогащение двигательного опыта, освоение движений русской народной пляски.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия как упражнение, способствующее овладению русскими плясовыми движениями.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

Вступление — слушание музыки.

1 фигура

Музыка А

1 фраза: на сильную долю поднять плечи, на слабую — опустить — 4 раза;

2 фраза: то же с поворотом головы направо и налево;

3 фраза: повторить движения 1 фразы, только с небольшим приседанием;

4 фраза: поворот корпуса направо и налево, голова прямо, локти поочередно вперед;

5 фраза: на “и” — соединить носки (пятки вместе), на “раз” — разъединить (“гармошка”), повторить 4 раза (опора на пятки);

6 фраза: аналогично развести и соединить пятки — 4 раза (опора на носки).

Музыка В

И.П. — стоя, руки “полочкой” (выслушать паузу).

1 предложение

1 фраза: на “раз-и-два” — 3 шага вперед вправо (с правой ноги), на “и” — ударить сзади о пол носком левой ноги, руки плавно развести в стороны, с левой ноги вернуться шагом (спиной) в И.П.;

2 фраза — то же вперед-влево;

3 фраза: кружение на месте шагом с припаданием, руки плавно вниз;

4 фраза: правой рукой низкий поклон (медленно).

2 предложение

И.П. — правая рука на затылке, левая на поясе.

1 фраза — 4 шага с припаданием влево;

2 фраза — то же вправо (поменять положение рук);

3 фраза — кружение на месте шагом с припаданием.

4 фраза — медленный поклон правой рукой (до пола).

2 фигура

И.П. — стоя, руки на поясе.

1 фраза: на “раз” — правую ногу на носок, на “и” — на пятку, повторить 3 раза, на счет “четыре” — три притопа с правой ноги;

2 фраза — то же левой ногой;

3 и 4 фразы — повторить движения 1 и 2-й фраз;

5 фраза: на “раз” — правую ногу на пятку, на “и” — на носок через левую стопу, 3 раза, на счет “четыре” — мах вперед прямой ногой, на “и” — опустить ногу (в И.П.);

6 фраза — то же левой ногой.

Проигрыш — плавно развести руки через стороны и сложить их перед грудью “полочкой”.

Музыка В — повторить движения, соответствующие музыке В.

3 фигура

Музыка А

И.П. — стоя, руки на поясе.

1-2 фразы: на “раз” — хлопок перед собой, на “и” — хлопок правой рукой по правой пятке, на “два-и” — то же левой рукой.

Повторить 4 раза в каждую сторону.

3 фраза: на “раз” — руки “полочкой”, слегка присесть, на “и” — руки развести в стороны, выпрямиться (4 раза);

4 фраза: движения повторяются в ускоренном темпе (соответственно музыке);

5 фраза: подскоки на месте, нога за ногу с оттянутым носком (“веревочка”);

6 фраза: кружение на подскоках на месте;

7-8 фразы — повторение движений 5-6 фраз в ускоренном темпе в соответствии с музыкой, в конце — притоп, руки вверх.

82. Цыганские напевы

Венгерская мелодия в исполнении Ф. Гойи

Задачи: развитие музыкальности, выразительности, плавности движений, формирование красивой осанки, координации движений.

Рекомендуется включать в музыкальные, физкультурные и музыкально-ритмические занятия.

После разучивания данной композиции можно предложить детям импровизацию с различными атрибутами (шарфами, цветами и др.).

Примечание: данная композиция способствует снятию психофизического напряжения (релаксации).

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Дети распределяются на пары.

И.П. — стоя по кругу рядом со своей парой.

Вступление

Идут по кругу плавным, медленным шагом. К началу музыки А плавно опускаются на колени и садятся на пятки, голову к коленям, сцепленные руки отвести назад (И.П.).

1 фигура

1 предложение

1 фраза: плавно встать на колени. Правую ногу выставить вперед, спину прогнуть, голову повернуть направо;

2 фраза: плавно вернуться в И.П.

3 и 4 фразы: повторить движения 1 и 2-й фраз, выставляя левую ногу и соответственно поворачивая голову налево.

2 предложение

Повторить эти движения 2 раза.

На последнюю фразу встать с колен, сделать 2 небольших шага к центру, повернуться спиной в круг.

3 предложение

- 1 фраза: 4 шага вперед, руки плавно вверх;
 2 фраза: 4 шага назад, руки плавно вниз;
 3-4 фразы — движения повторяются.

4 предложение

И.П. — ноги врозь, сцепленные руки внизу.

- 1 фраза: на “раз-и-два” — потянуться вправо с переносом веса тела на правую ногу. Голова поворачивается в сторону движения; на “три-и-четыре” — то же влево;
 2 фраза: движения повторить;
 3-4 фразы: расцепить руки, встать в пары. Кружение в парах шагом, руки “лодочкой”.

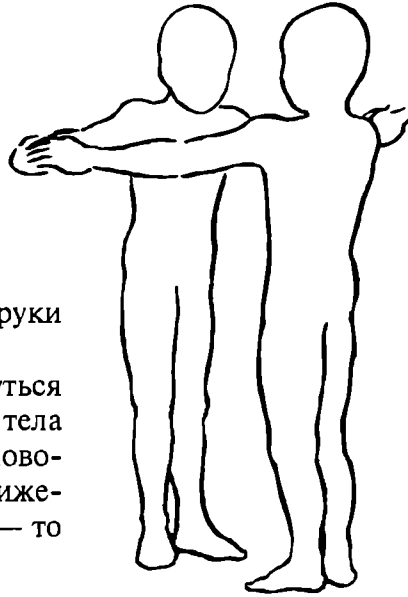


Рис. 82.1

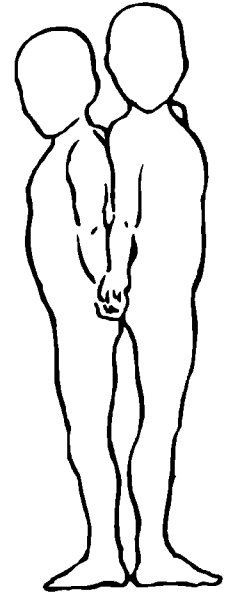


Рис. 82.2

2 фигура

1 предложение

И.П. — стоя в парах, боком к центру, руки сцеплены “лодочкой” (рис. 82.1).

- 1 фраза: на 4-х шагах зайти в “воротики”, образованные сцепленными руками, по направлению к центру круга, на счет “три” — встать на носки, на счет “четыре” — опуститься на пятки. Развернуться спиной друг к другу (рис. 82.2);
 2 фраза: расцепить руки, близкие к центру круга, плавным дугообразным движением опустить их вниз и на 4-х шагах вернуться в И.П.;
 3-4 фразы: повторить движения (всего 4 раза);
 5-6 фразы: ходьба в парах в свободных направлениях;
 7 фраза: 4 шага вперед (на зрителя), руки плавно вверх, в конце фразы приподняться на носки (вдох).
 8 фраза: 4 шага назад, руки плавно вниз, в конце голову опустить, (выдох).

83. Пластический этюд

На мелодию песни “Дорогой длиною”, аранжировка Ф. Гойи

Задачи: развитие музыкальности, гибкости и пластичности.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление — медленно сесть на пятки, руки отвести назад, голову опустить (в группировку).

1 фигура

Музыка А

- 1 такт — махом поднять руки вверх, потянуться, встать на колени (рис. 83.1);
 2 такт — опуститься и сесть на правое бедро, руки отвести влево-назад

(“Аленушка”) (рис. 83.2);

3-4 такты — то же в другую сторону.

Повторять эти движения до конца музыки А (всего 4 раза).

Музыка В

И.П. — сидя, ноги прямые вместе, руки сзади в упоре.

1 предложение

Попеременно в ритме музыки (на каждый счет) сгибать и разгибать правую и левую ноги в коленях, носки оттянуты (“длинные — короткие” ноги) (рис. 83.3).

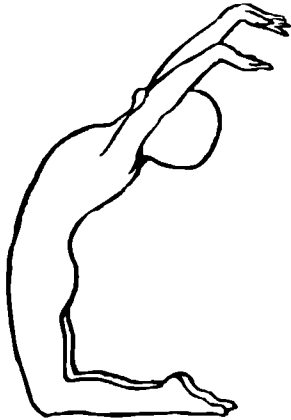


Рис. 83.1



Рис. 83.2

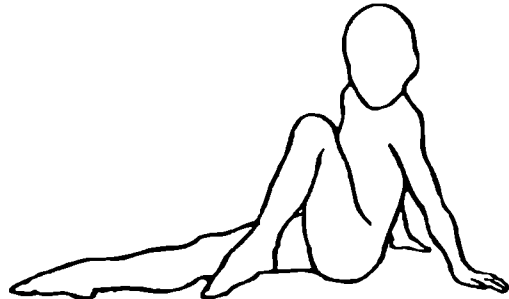


Рис. 83.3

2 предложение

1-4 — носком правой ноги ударять попеременно справа и слева от левой ноги (через ногу).

5-8 — то же другой ногой.

Повторение музыки В

И.П. — сидя, руки в упоре на локтях.

“Езда на велосипеде” — вращательные движения ногами, попеременно сгибая и разгибая их в коленях, стопы как бы “нажимают на педали” (рис. 83.4).

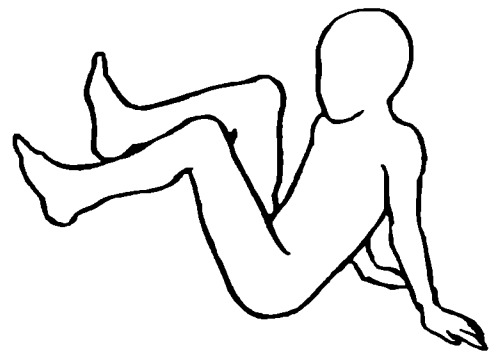


Рис. 83.4

2 фигура

Музыка А

И.П. — сидя на пятках, руки на полу в упоре перед собой.

1 — выпрямить правую ногу вправо, потянуться правой рукой влево над головой, опираясь на левую руку и левое колено (рис. 83.5);

2 — вернуться в И.П.;

3-4 — то же в другую сторону.

Повторять эти движения до конца музыки А.

Музыка В — повторить движения, описанные выше на музыку В.

3 фигура

Музыка А

И.П. — сидя, стопы на полу, ноги согнуты в коленях, руки сзади в упоре.

1 — поднять прямые ноги углом, носки оттянуты;

2 — вернуться в И.П.

Повторять эти движения до конца музыки А.

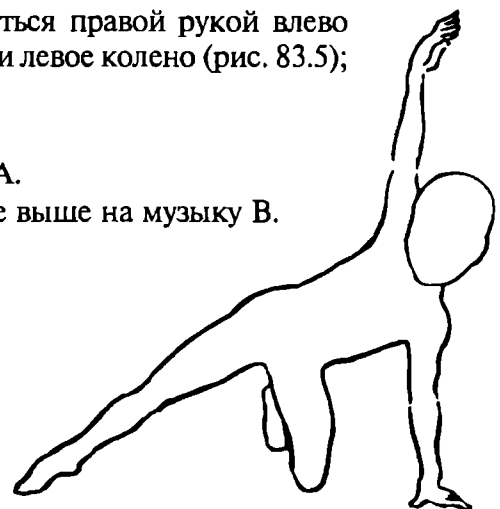


Рис. 83.5

Музыка В — повторение движений, описанных выше на музыку В.

На 2-е повторение выполнять следующие движения:

И.П. — сидя на полу, руки в упоре, согнутые в коленях ноги перед собой.

1-4 — попеременно на каждый счет ставить ноги на носки и опускать на пятки (8 раз);

5-8 — то же движение выполнять ногами вместе (8 раз).

На 3-е повторение музыки В:

И.П. — сидя, руки в упоре на локтях.

“Езда на велосипеде” — вращательные движения ногами, попеременно сгибая и разгибая их в коленях, стопы как бы “нажимают на педали”.

Заключение: опираясь на руки и ноги, вытянуться дугой (всем туловищем — рис. 83.6) и медленно сесть в группировку.

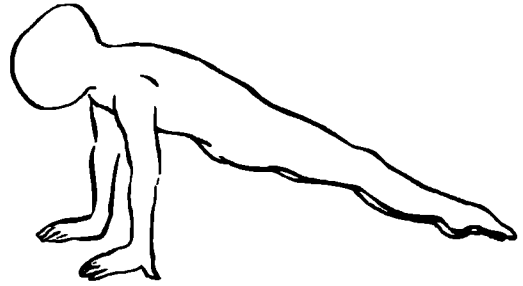


Рис. 83.6

84. Под музыку Вивальди

Музыкально-ритмическая композиция

Музыка С. Никитина

Задачи: развитие музыкальности, пластичности, умения согласовывать дыхание с движением рук и характером мелодии.

Рекомендуется включать в музыкальные и музыкально-ритмические занятия.

После знакомства с данной композицией детям предлагается творческое задание: придумать танец с цветами, шарфами и др. атрибутами. Можно сочинить целую сцену, например: “На балу у Золушки”, “Времена года”, “Двенадцать месяцев”.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Вступление:

1 предложение

1 такт — слушать музыку;

на счет “раз” — взмах правой рукой вправо-вверх, присесть;

на “и” — вернуться в И.П.;

на “два” — то же влево;

на “и” — вернуться в И.П.

Повторить эти движения 2 раза.

2 предложение

Кружение на носках вправо, руки плавно через стороны вверх и к концу кружения — вниз.

На последний такт — реверанс направо, встать прямо.

1 фигура

Музыка А

1 предложение

1 фраза: 1 — правую ногу вперед на носок, округленные руки

- вперед (рис. 84.1);
 2 — ногу на носок направо, руки в стороны (рис. 84.2);
 3 — ногу на носок назад, руки вверх (рис. 84.3);
 4 — вернуться в И.П.;

2 фраза: 5-8 — те же движения левой ногой;
 3-4 фразы: повторить движения 1-2 фраз.

2 предложение

- 1 фраза — реверанс вправо;
 2 фраза — реверанс влево;
 3 фраза — 4 шага вперед, руки плавно перед собой вверх;
 4 фраза — 4 шага назад, руки плавно вниз, на последний такт — круговое маховое движение руками;

Прогрыш — (1) плавно правую руку в сторону;
 (2) левую руку в сторону;
 (3-4) руки чуть опустить, пружинить на носках в ритме музыки.

Музыка В

- 1 фраза: поочередное выбрасывание ноги вперед с фиксацией носка на полу, округленные в локтях руки одновременно (на счет 1-2) поднять до уровня плеч, на счет 3-4 руки развести в стороны;
 2 фраза: кружение на носках на месте за поднятой вверх рукой;
 3 фраза — повторить движения 1-й фразы;
 4 фраза — повторить движения 3-й фразы, на последний такт — круговое маховое движение руками.

2 фигура

Музыка А

1 предложение

- 1 фраза — реверанс вправо;
 2 фраза — реверанс влево;
 3 фраза — 4 шага вперед, руки спереди плавно вверх;
 4 фраза — 4 шага назад, руки плавно вниз.

2 предложение

- 1-2 фразы — повторить движения 1-го предложения;
 3-4 фразы: кружение на месте вправо, на последний такт опуститься на колени и сесть на пятки.

3 фигура

Музыка А

И.П. — сидя на пятках.

1 предложение

- 1 фраза: 1 — встать на колени, округленные руки перед собой;
 2 — руки в стороны;
 3 — руки вверх;
 4 — руки опустить, сесть на пятки.

На повторение музыки движения повторяются (2-я, 3-я и 4-я фразы — всего 4 раза).

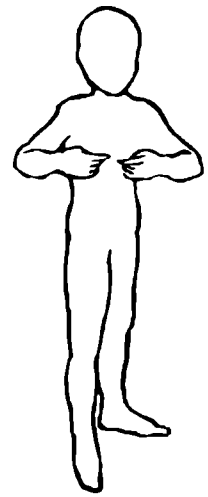


Рис. 84.1

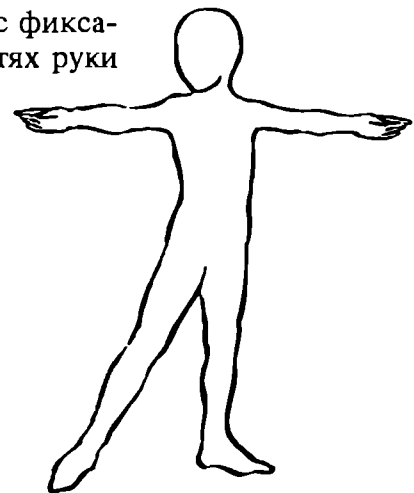


Рис. 84.2

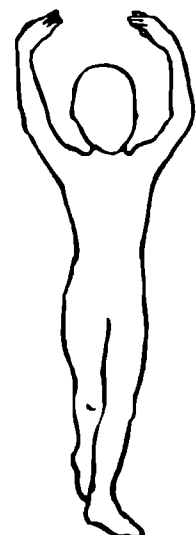


Рис. 84.1

2 предложение

1 фраза: взмах правой рукой вверх, встать на колени, сесть на пятки;

2 фраза: то же левой рукой ;

3 фраза: встать на ноги, руки в стороны;

4 фраза: маховое круговое движения руками.

Музыка В — повторение движений на музыку В, описанных выше.

Заключение — повторение движений, как на вступление.

На последний такт — реверанс вправо, затем встать прямо.

85. Голубая вода

Музыкально-пластическая композиция

Музыка Поля Мориа

Задачи: развитие музыкальности, плавности и мягкости движений рук, гибкости и пластичности всего тела.

Рекомендуется включать в комплексы общеразвивающих упражнений.

Установка: представить себя на природе: у моря, озера или реки. Почувствовать, как легкий, теплый ветерок обдувает тело со всех сторон. Ощутить свежий воздух, как солнечные лучи ласкают кожу. Дышится легко и свободно. Руки сами “поют”, “поет” все тело.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Вступление: раскачивание свободными руками вдоль туловища перед собой, ноги слегка пружинят.

1 фигура

Музыка А

1 фраза: 1 — руки отвести вправо;

2 — то же влево;

3 и 4 — круговое движение руками с полуоборотом направо, в конце зафиксировать руки отведенными направо;

2 фраза: то же налево;

3-4 фразы — повторить движения 1 и 2-й фраз.

Проигрыш:

И.П. — ноги на ширине плеч, руки внизу.

Постепенно руки вверх через стороны, сжимая и разжимая пальцы в ритме музыки, ноги пружинят на пятках.

2 фигура

Музыка В

1-2 фразы: качание руками, поднятыми вверх, вправо-влево (“ветерок”) (рис. 85.1);

3-4 фразы: **И.П.** — руки в стороны, ноги на ширине плеч;

1 — потянуться за рукой вправо;

2 — то же влево;

5-8 фразы: повторить те же движения.

Проигрыш: опуститься на колени, сесть на пятки, руки отвести назад, голову опустить.



Рис. 85.1

3 фигура

Музыка А

- 1 фраза: 1 — встать на колени, руки взмахом вытянуть вверх;
2 — сесть на пол справа, руки отвести налево (“Аленушка”).

2-4 фразы: повторить эти движения (всего 4 раза).

Проигрыш: сидя на полу, держась руками за пятки, пружинить.

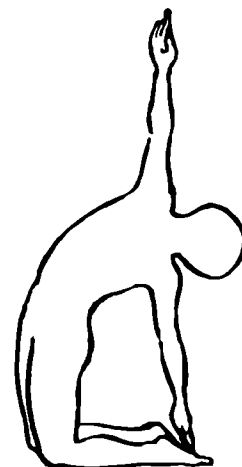


Рис. 85.2

4 фигура

Музыка В

- 1 фраза: на “раз-и” — встать на колени, правой рукой потянуться вверх, левой держась за пятку (рис. 85.2);

на “два-и” — опуститься, правая рука к пятке;

- 2 фраза: на “три-и” — то же, вытянув левую руку вверх;

“четыре-и” — опуститься;

- 3 фраза: “пять-и” — встать на колени, держась за пятки, прогнуть спину (рис. 85.3);

“шесть-и” — опуститься на пятки;

- 4 фраза: “семь-и-восемь-и” — повторить движения.

Проигрыш: лечь на спину, прямые руки за голову.



Рис. 85.3

5 фигура

Музыка А

- 1 фраза: на “раз и” — сесть и потянуться руками к носкам (рис. 85.4);

на “два-и” — лечь;

- 2-4 фразы: повторить эти движения — всего 4 раза.

Заключение: лежа на спине, поочередно переключать руки вдоль туловища и за спину на пол.

Глаза закрыть. Дыхание успокоить. Можно представить небо, облака, либо прибой волн и т.д.

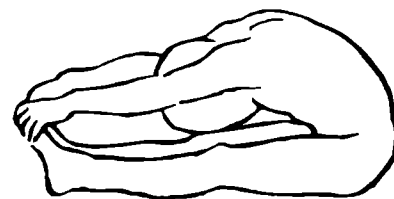


Рис. 85.4

86. Жаворонок

Музыкально-ритмическая композиция

Музыка Поля Мориа

Задачи: развитие музыкальности, гибкости, пластичности, координации движений.

Рекомендуется включать в комплексы общеразвивающих упражнений.

Установка: педагог предлагает детям представить, что они — “большие птицы” с большими и красивыми крыльями.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки в стороны.

Вступление:

1 — махом скрестить руки внизу, ноги пружинят;

2 — руки в стороны;

3-4 — круговое маховое движение руками, в конце зафиксировать позу, скрестив руки внизу перед собой;

5-8 — те же движения в обратном направлении.

На последние такты — легкие покачивания руками перед собой вправо-влево.

1 фигура

Музыка А

1 предложение

1 фраза: потянуться вправо за руками, сделав выпад на правую ногу (рис. 86.1), в этом положении выполнить 2 круговых маховых движения левой рукой, к концу фразы вернуться в И.П.;

2 фраза — то же влево;

3-4 фразы — движения повторяются.

2 предложение

1 фраза: 2 шага вперед, наклонить голову вниз и закрыться согнутыми в локтях руками (рис. 86.2);

2 фраза: отойти назад, руки плавно через стороны вниз;

3-4 фразы: движения повторяются;

5 фраза — руки отвести вправо-назад;

6 фраза: кружение на месте влево на носках, руки в конце по инерции заносит влево-назад;

7-8 фразы — то же в другую сторону, в конце фразы встать, руки в стороны.

Музыка В (как на вступление)

1 — махом скрестить руки внизу, ноги пружинят;

2 — руки в стороны;

3-4 — круговое маховое движение руками, в конце зафиксировать позу, скрестив руки внизу перед собой;

5-8 — те же движения в обратном направлении.

Проигрыш — опуститься на колени и сесть в группировку.

2 фигура

Музыка А

1 фраза: встать на колени, руки плавно перед собой вверх, прогнуться;

2 фраза: сесть на пол справа от бедра, руки отвести налево-назад — “Аленушка”;

3-4 фразы: движения повторяются в другую сторону;

5 фраза: сесть, ноги врозь как можно шире, наклон туловища к правой ноге (рис. 86.3) и, касаясь пальцами пола, дугообразным движением потянуться к левой ноге;

6 фраза: упор на левой руке, приподнять туловище, правую руку вверх (рис. 86.4), к концу фразы сесть;

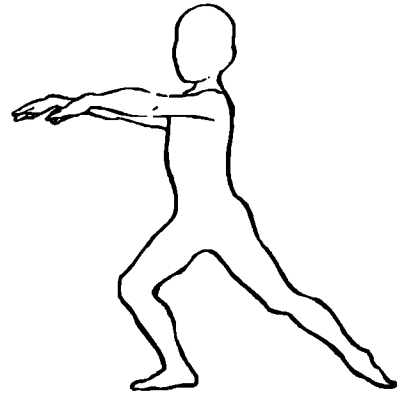


Рис. 86.1



Рис. 86.2

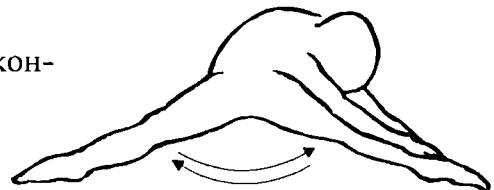


Рис. 86.3

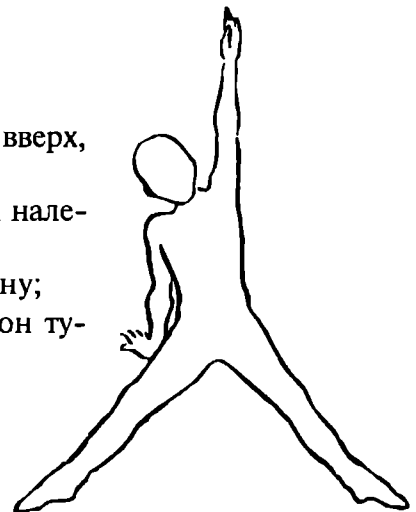


Рис. 86.4

7-8 фразы — то же в другую сторону.

В конце фразы лечь на спину.

Музыка В

И.П. — лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги вместе.

На “раз” — мах прямой правой ногой вверх;

на “два” — мах левой ногой;

на “три” — сесть, потянуться руками к носкам;

на “четыре” — лечь.

Повторить эти движения 2 раза.

На заключительный аккорд сесть, руки в упоре, ноги вместе.

87. Цирковые лошадки

Музыкально-ритмическая композиция

Музыка Поля Мория

Задачи: развитие чувства ритма, координации, точности и ловкости движений.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений.

Установка: представим выступление цирковых артистов: акробатов, дрессировщиков и т.д.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление:

1 предложение — шаг на месте.

2 предложение — небольшие приседания, руки на поясе, ноги в 1-й позиции.

1 фигура

Музыка А

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки подняты вперед вверх.

1 предложение

1-8 такты: на “раз” — слегка присесть, согнуть кисти рук, наклон головы вниз (рис. 87.1),

на “и” — вернуться в И.П. (8 раз);

2 предложение

9-12 такты — правая рука наверху (держит “кнутик”), левая впереди (держит “вожжи”). Одновременно вращать “кнутиком”, “вожжи” на себя (согнуть руку в локте), ноги пружинят (4 раза) (рис. 87.2);

13-14 — то же, поменяв положение рук.

2 фигура

Музыка В

1 предложение

И.П. — стоя, руки на поясе.

1-4 — прыжки на левой ноге, правой — 3 коротких маха от колена вперед, на “и” — замах назад и на “четыре” — большой мах прямой ногой вперед;

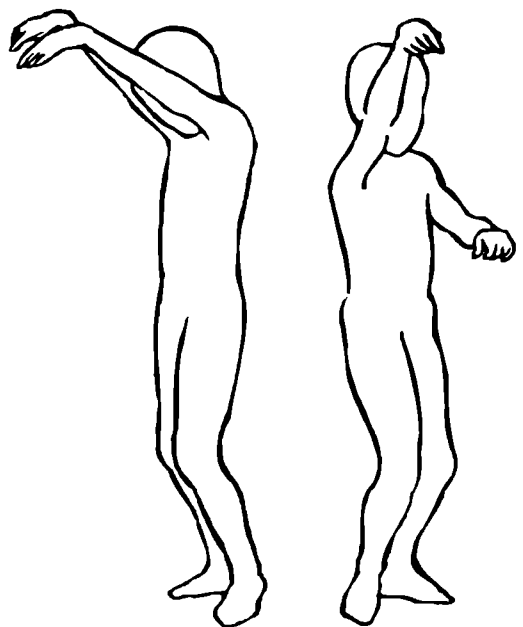


Рис. 87.1

Рис. 87.2

- 5-8 — то же другой ногой;
 9-12 — движения повторяются снова на левой ноге;

13-16 — кружение шагом на месте.

2 предложение (повторение музыки)

1-4 — стоя на правой ноге, вращение на прыжках на месте, левая прямая с оттянутым носком впереди, руки внизу, ладони раскрыты. На последний счет — прыжок на обе ноги;

5-8 — то же в другую сторону;

9-12 — повторение движений 1-4;

13-16 — кружение на шагах на месте.

Проигрыш: опуститься на четвереньки.

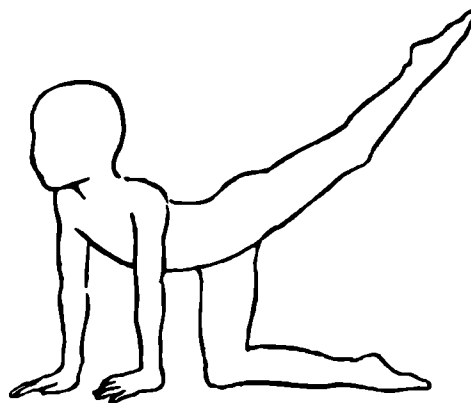


Рис. 87.3

3 фигура

Музыка А

И.П. — стоя на четвереньках, руки прямые, ладони упираются в пол.

1 — 4 — на “раз” — мах прямой правой ногой назад-вверх, на “и” — вернуться в И.П. (4 раза правой ногой) (рис. 87.3);

5-8 — то же левой ногой.

Проигрыш: сесть, руки в упор сзади, прямые ноги вместе, энергично поочередно сгибать и выпрямлять ноги, носки оттянуты, руки сзади в упоре (8 раз).

4 фигура

Музыка С

И.П. — лежа на спине, опираясь на руки, согнутые в локтях.

1 предложение: вращательные движения ногами, согнутыми в колене (“Медведи едут на велосипедах”).

Проигрыш: сесть, руки в стороны, затем лечь на живот, упор на локти, голова поднята.

2 предложение: поочередное сгибание и разгибание ног, носки оттянуты.

Проигрыш — сесть, руки в стороны.

3 предложение: сидя выполнять скрестные махи прямыми руками и ногами, слегка приподнятыми от пола (рис. 87.4).

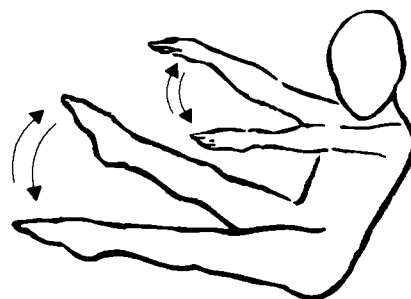


Рис. 87.4

Проигрыш: сесть, руки в стороны, затем лечь на живот, упор на локти, голова поднята.

4 предложение: поочередное сгибание и разгибание ног, носки оттянуты.

Проигрыш — встать на ноги.

5 фигура

Музыка D

И.П. — стоя, руки внизу, ноги в 1-й позиции.

1-2 — два раза согнуть в колене правую ногу, носок оттянут, ладони параллельно полу, одновременно левое плечо как бы тянется к правому колену, левая (опорная) нога пружинит (рис. 87.5);

3-4 — то же левой ногой.

Повторить движения 8 раз.

6 фигура

Музыка В

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки наверху, пальцы сжаты в кулаки (“держаться за кольца”).

1 фраза: на “раз” — руки резко согнуть в локтях и опустить вниз перед собой (кулаки на уровне плеч), на “и” — вернуться в И.П.;

на “два-и” — круговое маховое движение правой рукой, левая рука наверху, ноги пружинят;

2 фраза — на “три-и-четыре-и” — то же другой рукой;

3-6 фразы — повторить эти же движения (всего 6 раз);

7-8 фразы — шаг на месте, руки через стороны плавно вниз.

Проигрыш: 1 — правую руку вперед (“взять вожжи”);
2 — левую руку вверх (“взять кнутик”).

7 фигура

1-2 фразы: бег на месте, высоко поднимая колени;

3-4 фразы: бег на месте “с захлестом”, руки внизу, кисти отвести назад.

5-8 фразы — повторить движения.

Заключение: И.П. — стоя, руки внизу.

1 фраза — приставной шаг вправо;

2 фраза — приставной шаг влево;

3-4 фразы — повторить приставные шаги вправо и влево, в конце — четкая остановка (притоп).

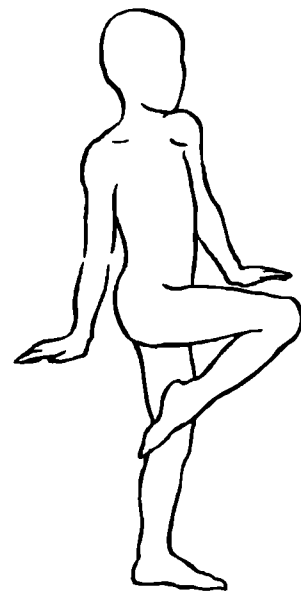


Рис. 87.5

88. Утро

Музыка А. Петрова

Задачи: развитие чувства ритма, координации, ловкости и точности движений, способности к импровизации.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений на физкультурном занятии, утренней гимнастике.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги врозь, руки внизу.

Вступление: руки плавно через стороны вверх и вниз в соответствии с музыкальной фразой, ноги пружинят на носках.

1 фигура

Музыка А

1 фраза: на “раз-и-два” — поворот головы направо — 2 раза;

на “три-и-четыре” — то же налево;

на “-и-пять” — полуоборот головой направо (подбородком описать полукруг);

на “-и-шесть-и” — то же налево;

на “семь-и-восемь-и” — круговое движение головой (подбородком описать полный круг).

2 фраза: на “раз-и-два” — поднять правое плечо и опустить — 2 раза;

на “три-и-четыре” — то же левым плечом;
на “и-пять-и-шесть-и-семь-и” — одновременно двумя плечами выполнять как бы вращательное движение назад — 3 раза;
на “восемь-и” — руки на пояс, ноги вместе.

3 фраза: на “раз-и-” — шаг вправо, локти к туловищу, кисти в стороны, ладони раскрыть;
на “два” — приставить левую ногу к правой ноге, руки на пояс;
на “три-и-четыре” — то же влево.

Повторять эти движения до конца фразы.

4 фраза: И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

На “раз-и-два” — полуоборот туловища направо, ноги пружинят — 2 раза;
на “три-и-четыре” — то же налево.

Выполнять эти движения до конца фразы.

Музыка В

И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, прямые руки наверху.

Круговые маховые движения туловищем, во время наклона пальцами стремиться достать пол — 4 раза вправо, на повторение музыки — 4 раза влево (рис. 88.1).

2 фигура

Музыка А

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки согнуты в локтях, кисти наверху.

На “раз-и-два” — поднять согнутую в колене правую ногу, потянуться к левому локтю — 2 раза (рис. 88.2);

на “три-и-четыре” — то же другой ногой;

на “и-пять” — мах вперед прямой правой ногой, хлопок под коленом;

на “и-шесть-и” — встать прямо (вернуться в И.П.);

на “семь-и-восемь-и” — то же левой ногой.

Повторять эти движения до конца музыки А.

Музыка В — повторение движений в соответствии с музыкой.

4 фигура

Имитация игры на различных музыкальных инструментах, меняя инструмент на каждую фразу, например:

1 фраза — игра на скрипке,

2 фраза — на гармошке,

3 фраза — на тромбоне,

4 фраза — на ксилофоне и т.д.

Заключение: движения такие же, как и на вступление. В конце — реверанс (шаг-поклон).

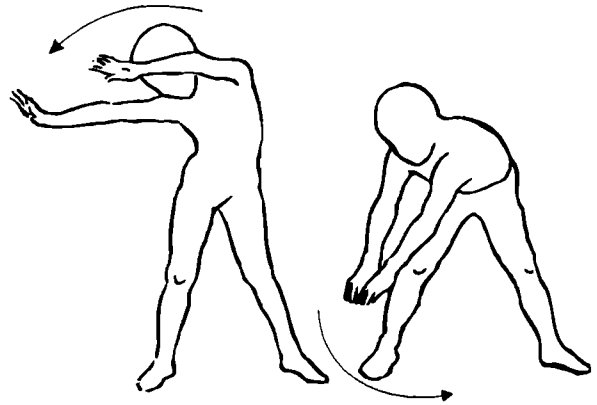


Рис. 88.1



Рис. 88.2

89. Пластический этюд

Музыка А. Петрова к к/ф "Осенний марафон"

Задачи: развитие музыкальности, мягкости, плавности движений рук, гибкости, координации движений.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений.

Можно исполнять, держа в руках легкие короткие ленточки.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Вступление — медленные полуобороты туловищем направо и налево. Расслабленные руки внизу.

1 фигура

Музыка А

1-3 предложения

1 — полуоборот направо, руки направо;

2 — то же налево;

3-4 — кружение направо, в конце остановка. Руки по инерции отводятся направо.

Эти движения повторить 3 раза.

4 предложение

1 — шаг вперед, присесть, руки впереди "полочкой", голову спрятать за руки, живот втянуть (рис. 89.1);

2 — шаг назад, выпрямиться, руки опустить;

3 — шаг вперед (повторить предыдущее движение);

4 — потянуться руками вверх, вытянуться и отойти назад на носках семенящим шагом, руки через стороны плавно вниз.

Музыка В

1 — шаг вправо, потянуться руками направо как можно дальше (за пальцами) (рис. 89.2);

2 — встать прямо;

3-4 — то же влево;

5 — шаг вперед, руки "полочкой", присесть, голову спрятать за руки;

6 — шаг назад — выпрямиться;

7-8 — сесть на пятки, руки перед собой.

2 фигура

Музыка А

На "раз" — взмах правой рукой вверх, встать на колени, на "и" — опуститься на пятки, руку опустить на колено;

на "два-и" — то же левой рукой;

на "три-и-четыре" — плавно подняться на колени, короткие попеременные взмахи руками снизу вверх ("лапша");

на "и" — опуститься на пятки, руки положить на колени.

Повторить 3 раза



Рис. 89.1

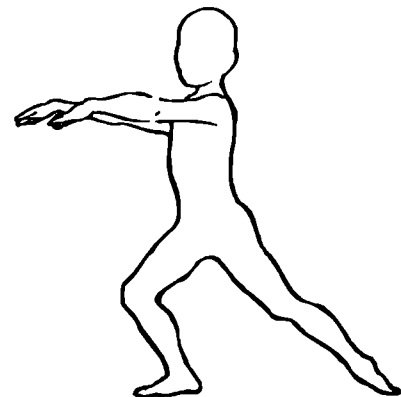


Рис. 89.2

4 фразы:

- 1 — встать на колени, махом руки вперед вверх (рис. 89.3);
- 2 — сесть на правое бедро на пол слева, руки отвести направо (“Аленушка”) — рис. 89.4;
- 3 — встать на колени, руки махом вперед-вверх ;
- 4 — опуститься на пятки и к концу фразы лечь на спину, руки вдоль туловища.

Музыка В

- 1 — сесть в группировку;
- 2 — лечь на спину.

Эти движения повторять до конца музыки В (4 раза).

Музыка С

И.П. — сидя, руки в упоре сзади, ноги прямые.

- 1 фраза: носком правой ноги слегка ударять слева и справа от левой ноги (через ногу (рис. 89.5);
- 2 фраза: то же другой ногой;
- 3 фраза: стопы вместе, плавно поднимать обе ноги вверх, слегка поворачивая стопами направо-налево;
- 3 фраза: те же движения в направлении сверху вниз (желательно не класть в конце фразы ноги на пол);
- 4 фраза: повторение движений 3-й фразы. В конце фразы лечь на спину, руки вдоль туловища.

3 фигура

Музыка А

На “раз” — мах прямой правой ногой вверх, на “и” — опустить;

на “два-и” — то же левой;

на “три-и-четыре” — сесть, потянуться руками к носкам (в “складочку”);

на “и” — лечь, руки вдоль туловища.

Повторить 3 раза.

4 фраза: на “раз” — сесть в группировку; на “и” — лечь.

Повторить 2 раза, в конце 4 фразы сесть, руки сзади в упор, ноги прямые.

Музыка С

Повторить движения, описанные выше на музыку С (на 1 и 2-ю фразы).

На 3-ю фразу попеременно тянуть на себя и вытягивать носки.

Проигрыш — встать.

Заключение: руки плавно вперед-вверх и через стороны вниз, кисти попеременно сгибать и разгибать.

Последний такт — реверанс или шаг-поклон.

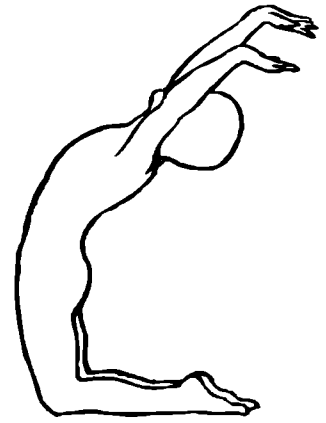


Рис. 89.3



Рис. 89.4

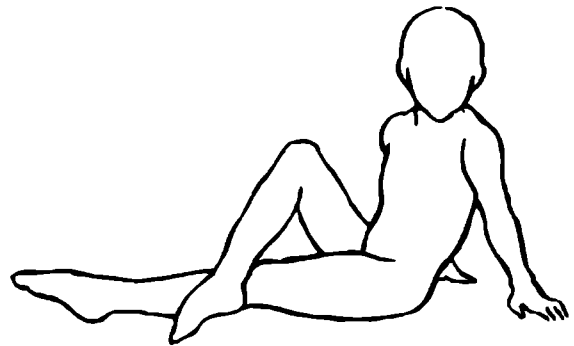


Рис. 89.5

90. Пластический этюд

Музыка А. Петрова — “Вальс” из к/ф “Берегись автомобиля”

Задачи: развитие музыкальности, гибкости и пластичности.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений.

Можно выполнять с легкими короткими ленточками.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки внизу.

Вступление — стоя в И.П.

1 фигура

Музыка А

1 фраза: на “раз” — взмах правой рукой вправо-вверх;

на “и” — встать прямо;

на “два-и” — то же левой рукой;

на “три-и” — махом скрестить руки перед собой, слегка присесть;

на “четыре-и” — руки в стороны, выпрямиться;

на “пять-восемь” — круговое маховое движение руками, ноги пружинят;

2-3 фразы — повторить движения 1-й фразы.

4 фраза: 1 — подбежать вперед (4 шажка), руки плавно вверх перед собой;

2 — отбежать назад, руки опустить;

3-4 — кружение на месте, руки внизу, в конце фразы сесть и опуститься на пятки.

2 фигура

Повторение музыки А

1-3 фразы:

на “раз” — взмах правой рукой вверх, встать на колени, на “и” — опуститься на пятки, руку опустить на колено;

на “два-и” — то же левой рукой;

на “три-и-четыре” — плавно подняться на колени. Короткие попеременные взмахи руками снизу вверх (“лапша”), на “и” — опуститься на пятки, руки положить на колени.

Повторить 3 раза.

4 фраза: встать на колени, махом руки вперед вверх.

5 фраза: сесть на правое бедро на пол слева, руки отвести направо (“Аленушка”) — рис. 90.1;

5-8 фразы — повторить 3 раза движения 4-й фигуры.

3 фигура

Музыка В

И.П. — лежа на животе, упор на локтях.

1 фраза: отталкиваясь руками, прогнуть спину, поднять правую ногу, согнутую в колене. Посмотреть на нее через левое плечо (рис. 90.2);

2 фраза — лечь в И.П.;

3-6 фразы — повторить то же, меняя положения ног и



Рис. 90.1

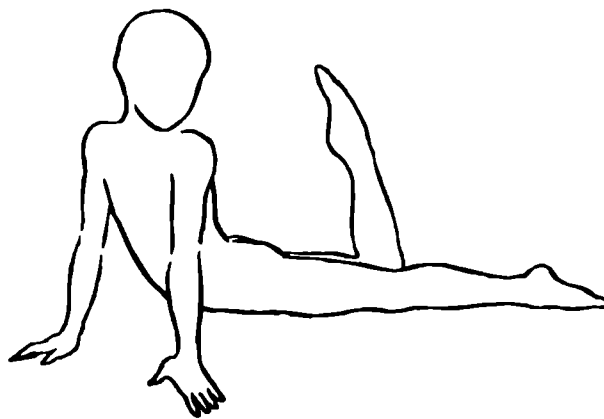


Рис. 90.2

поворачиваясь в разные стороны (3 раза);

7-8 — лежа в И.П., болтать ногами с оттянутыми носками, голову приподнять и смотреть вперед (спину прогнуть) (рис. 90.3).

Повторить все 2 раза в соответствии с музыкой.

9-12 — повторить движения 1-6 фраз;

13-16 — покачаться “лодочкой”, то есть лежа на животе, вытянуть вперед прямые руки, приподнять от пола ноги и покачаться (рис. 90.4).

4 фигура

Музыка А

И.П. — лежа на правом боку, ноги прямые, опираться на правую руку, согнутую в локте, левая перед собой, ладонь на полу (рис. 90.5).

1 — мах правой прямой ногой вверх;

2 — опустить;

3 — поднять ногу коленом вверх (согнуть в колене), носок правой ноги — к колену прямой левой ноги, лежащей на полу (рис. 90.6);

4 — вернуться в И.П.;

5-6 — плавно правую прямую ногу вверх, одновременно выполняя вращательные движения стопой (рис. 90.7);

7-8 — продолжая вращать стопой, плавно опустить прямую ногу.

Повторить 2 раза, в конце 2-го предложения резко перевернуться на другой бок.

Выполнить те же движения другой ногой.

В конце фразы сесть, руки сзади в упоре.

На “раз-и-два-и” — поднять прямые ноги углом вверх и подержать их прямыми с оттянутыми носками.

На “три-и-четыре” — опустить ноги на пол, колени согнуть, быстро поболтать ногами с оттянутыми носками (рис. 90.8).

На “и” — стопы на полу.

Повторить 3 раза.

На последнюю фразу, попеременно болтая ногами с оттянутыми носками в положении сидя, повер-

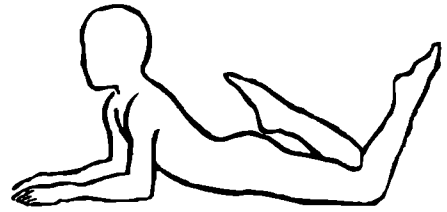


Рис. 90.3

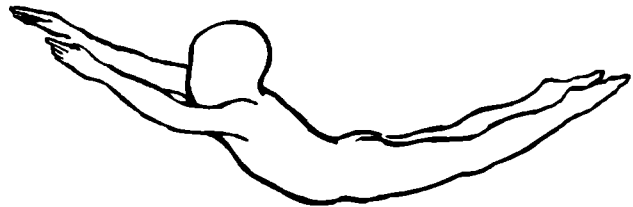


Рис. 90.4

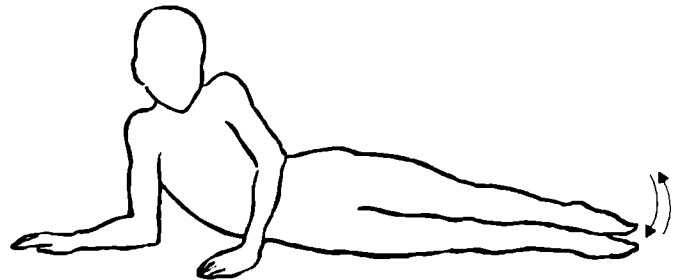


Рис. 90.5

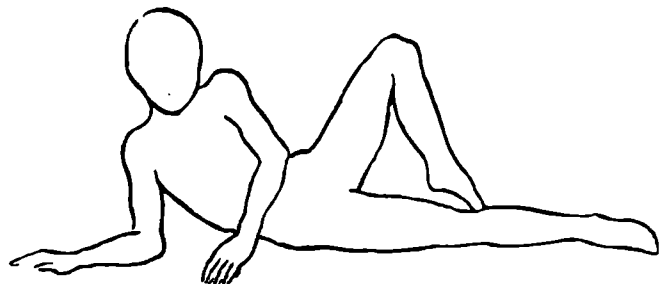


Рис. 90.6

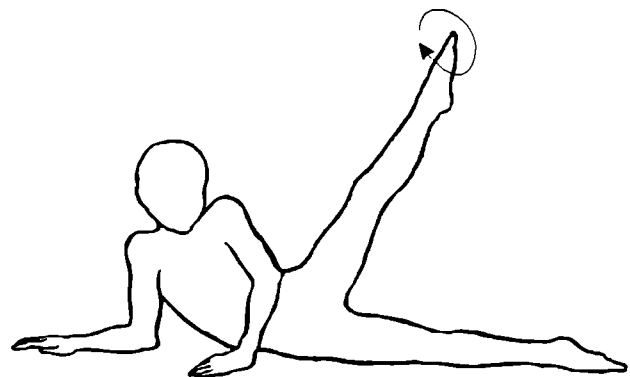


Рис. 90.7

наться кругом, помогая руками, и лечь на живот.

Музыка В — повторить движения, описанные на музыку В.

5 фигура

Музыка А

И.П. — сидя, ноги согнуты в коленях, оттянутые носки на полу, руки сзади в упоре.

1-3 фразы: на “раз” — махом, дугообразным движением коснуться носком правой ноги левого колена, левую ногу, согнутую в колене, одновременно положить на пол (рис. 90.8).

На “и” вернуться в И.П.

На “два-и” — то же в другую сторону; на “три-и-шесть-и” — поболтать ногами, попеременно сгибая и разгибая колени, с оттянутыми носками.



Рис. 90.8

Повторить 3 раза.

4 фраза: на “раз” — выпрямить ноги углом, носки вверх; на “и” — опустить носки на пол; на “три-и-четыре-и” — ноги, согнутые в коленях, положить на пол, полуоборот туловища налево, правой рукой плавное дугообразное движение вправо-вверх и вниз.

5 фраза: повторить то же в другую сторону.

6 фраза — попеременно болтая ногами с оттянутыми носками в положении сидя, повернуться кругом, помогая руками, и встать.

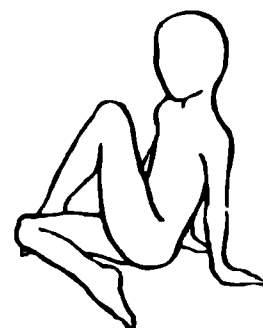


Рис. 90.9

Заключение: потянуться руками через стороны вверх, затем наклониться, руки опустить — выдох. Расслабиться.

91. Танцкласс

Музыкально-ритмическая композиция

Музыка Ф. Лоу

Задачи: развитие чувства ритма, координации, ловкости движений, красивой осанки, гибкости и пластичности.

Рекомендуется включать в комплекс общеразвивающих упражнений.

Установка: представить себя учениками балетной школы — будущими танцорами в балетном классе.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

Вступление: два небольших приседания. Руки опустить.

1 фигура

Музыка А

1 — правая нога вперед на носок, руки вперед (1-я позиция);

2 — нога в сторону на носок, руки в сторону (2-я позиция);

3 — нога назад, руки вверх (3-я позиция);

4 — вернуться в И.П.

То же повторить другой ногой. Всего 4 раза.

Музыка А

И.П. — стоя, руки на поясе, ноги вместе.

1 — правую ногу на носок;

2 — левую ногу на носок, правую ногу опустить;

3-4 — попеременно ноги на носок (на каждую восьмую).

Повторить 2 раза.

2 фигура

Музыка В

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки на поясе.

1 — поворот за правой рукой направо, вернуться в И.П.;

2 — то же налево;

3-4 — повторить движения на счет 1 и 2;

5 — прыгая на правой ноге (левая нога с оттянутым носком), поворот направо за рукой;

6 — то же налево на другой ноге;

7-8 — прыжки на двух ногах вокруг себя;

9 — опуститься на правое колено, правая рука в сторону;

10 — опуститься на левое колено, левая рука в сторону;

11-12 — маховое круговое движение руками (2 раза), в момент скрещивания рук внизу перед собой — опуститься на пятки, затем снова встать на колени.

13-14 — сесть, руки сзади в упоре, 2 раза поочередно согнуть ноги в коленях.

3 фигура

Музыка А

1 — согнуть ноги в коленях;

2 — поднять ноги углом с оттянутыми носками;

3 — опустить ноги, согнутые в коленях (поставить на стопы);

4 — ноги выпрямить;

5, 6, 7, 8 — носком правой ноги ударять о пол через левую ногу.

Повторить движения 2 раза, меняя ноги.

4 фигура

Музыка С

И.П. — сидя, руки сзади в упоре, ноги согнуты в коленях.

1-4 — поочередно ноги на носки и на пятки — 4 раза;

5-8 — одновременно ноги на носки и на пятки — 4 раза.

Повторить 2 раза.

Проигрыш:

1 — встать на колени, руки вперед;

2 — руки в стороны;

3 — руки вверх;

4 — сесть на пятки, руки опустить.

Повторить 2 раза.

5 фигура

Музыка А

И.П. — лечь на правый бок, опираясь на локоть правой руки, ноги прямые вместе.

1 — мах прямой левой ногой вверх (рис. 91.1);

2 — опустить ногу;

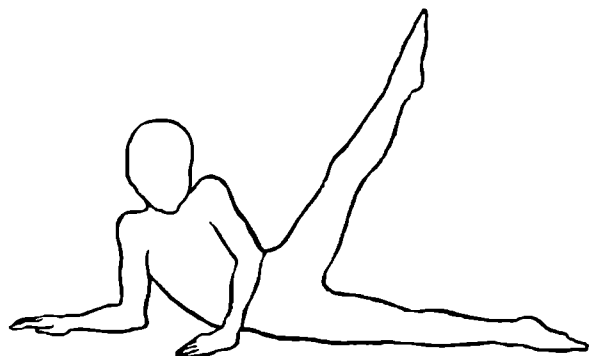


Рис. 91.1

- 3 — согнуть ногу в колене (рис. 91.2);
- 4 — выпрямить ногу;
- 5-8 — короткие удары прямой левой ногой о правую ногу (рис. 91.3);
- 9-16 — повторить движения 2 раза.

Повернуться на другой бок и повторить эти движения другой ногой (2 раза).

Заключение:

- 1 — встать на левое колено, правую ногу поставить на пол, левую руку отвести в сторону;
- 2 — встать на обе ноги, правую руку отвести в сторону;
- 3 — реверанс вправо (шаг-поклон для мальчиков);
- 4 — встать прямо руки опустить.

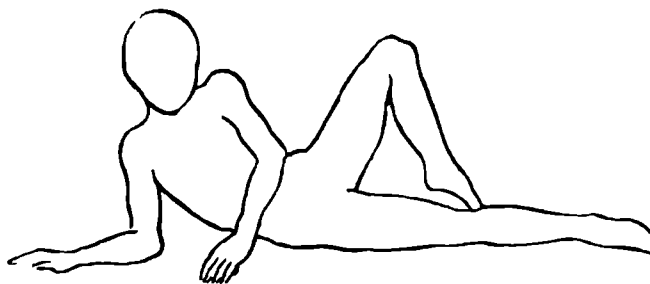


Рис. 91.2

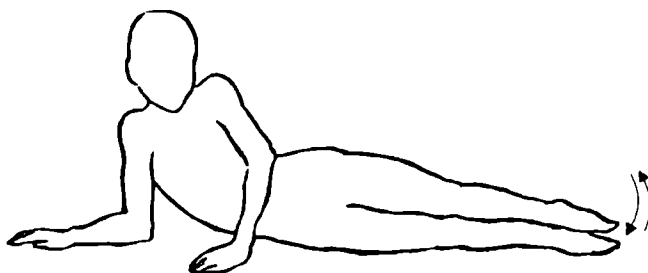


Рис. 91.3

92. Мельница

Музыкально-ритмическая композиция

Музыка М. Леграна

Задачи: развитие музыкальности, мягкости, плавности движений рук, гибкости позвоночника.

Рекомендуется включать в комплексы общеразвивающих упражнений.

Установка: представить старинную мельницу, как крутятся на ветру ее большие крылья.

После разучивания композиции можно предложить детям придумать собственные пластические миниатюры.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

И.П. — стоя, ноги слегка расставлены, руки внизу.

Вступление

Повороты туловища вправо-влево, руки тянутся вправо-назад и влево-назад — 4 раза в соответствии с музыкальными фразами.

1 фигура

1 предложение

И.П. — стоя, ноги в 1-й позиции, руки в стороны.

1 — коснуться правой рукой кисти левой руки;

2 — вернуться в И.П.;

3-4 — то же левой рукой.

Повторить 2 раза.

2 предложение

1 — плавно опустить руки и скрестить их внизу перед собой (ноги пружинят);

2 — вернуться в И.П.;

3-4 — маховое круговое движения руками (“мельница”), зафиксировать руки в скрестном положении внизу перед собой.

Повторить движения в обратном направлении.

3 предложение

1 — поворот направо за руками;

2 — поворот налево за руками;

3-4 — покружиться направо на носках, руки поднять;

5-8 — круговое маховое движение руками вместе с туловищем. В момент наклона коснуться руками пола (“Большая мельница”) — 2 раза.

2 фигура

1 предложение

1 — опуститься на правое колено, правая рука в сторону;

2 — опуститься на левое колено, левая рука в сторону;

3-4 — круговое маховое движения руками скрестно перед собой (“мельница”), в момент скрещивания опуститься на пятки, в конце такта руки в стороны и затем на затылок;

5 — коснуться правым локтем правого колена, выпрямиться;

6 — коснуться левым локтем левого колена, выпрямиться;

7-8 — сесть на пол, ноги согнуть в коленях, стопы на полу, руки в упоре.

2 предложение

1 — положить ноги на правое бедро, затем поставить прямо;

2 — то же налево;

3-4 — повторение движений;

5-6 — перекаат назад, носками коснуться пола за головой (поза “плу-га”) (рис. 92.1);

7-8 — вернуться в И.П. (сидя, ноги согнуты в коленях).

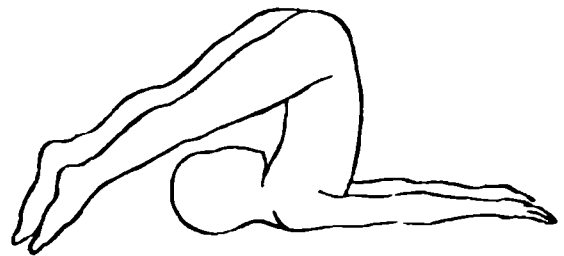


Рис. 92.1

Повторить движения 2 раза, в конце — лечь на спину, руки вдоль туловища.

9 — сесть, обхватить колени руками;

10 — лечь на спину;

11-12 — повторение движений 9-10.

Заключение. И.П. — лежа на спине, руки вдоль туловища.

1 — согнуть правую ногу в колене и положить сбоку от левой ноги;

2 — вернуться в И.П.;

3-4 — то же левой ногой.

Повторить эти движения 4 раза в соответствии с фразами.

На последние такты произвольно поочередно перекладывать руки (на пол) за голову и вдоль туловища.

Постепенно глаза закрыть. Представить себе небо, плывущие облака. Расслабление.

93. Пляска Солдат с метлами

Пляска к спектаклю “Двенадцать Месяцев”

Музыка А. Петрова

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

- 1-5 такты — идут маршем (шуточный характер движений), метлы на правом плече, выстраиваются лицом к зрителям;
- 6 такт — на “раз” — выпад на правую ногу направо, правую руку под козырек, на счет “два — встать прямо;
- 7 такт — то же влево;
- 8-9 такты — поставить метлу на пол, держа ее правой рукой, обойти кругом, снова взять в обе руки и держать впереди себя;
- 10-11 такты — 4 приставных шага вперед, метлой “разметать” снег впереди себя;
- 12-13 такты — отступить назад в шеренги, помахивая метлами перед собой (“разметать снег”), к концу 13 такта метлу положить на плечо;
- 14 такт — солдат (крайний справа) делает четкий шаг вперед и марширует на месте, остальные солдаты маршируют в шеренге на местах;
- 15 такт — 2-й солдат также делает четкий шаг вперед и продолжает маршировать (остальные также маршируют на месте);
- 16 такт — 3-й солдат повторяет то же;
- 17 такт — все остальные делают шаг вперед и продолжают маршировать;
- 18-20 такты — маршируют, поворачиваясь кругом;
- 21 такт — за ведущим уходят маршем, последний солдат (самого маленького роста) немного отстает, затем пытается догнать остальных, на последний такт падает.

Примечание: если в зале мало места, то солдаты уходят “змейкой”.

94. Танец Снеговиков

Музыка К. Вебера

Рекомендуется включать в интегрированные занятия и программы праздничных утренников.

ОПИСАНИЕ ТАНЦА

В танце участвуют 6-10 мальчиков 5-8-летнего возраста.

1-8 такты — идут друг за другом вперевалочку, в такт музыке стучат метлами. Останавливаются шеренгой лицом к зрителям (рис. 94.1).

(Музыка прерывается)

- 1-й Снеговик: Кто, ребята, нас слепил?
Эти ведра нацепил?
- 2-й Снеговик: Вместо носа — по морковке
Прикрепил нам очень ловко.
- 3-й Снеговик: На дворе с метлой поставил,
Долго нас скучать заставил.
- 4-й Снеговик: Надоело нам стоять,
Мы хотим для вас...
- Все хором: Сплясать! *(стучат метлами).*

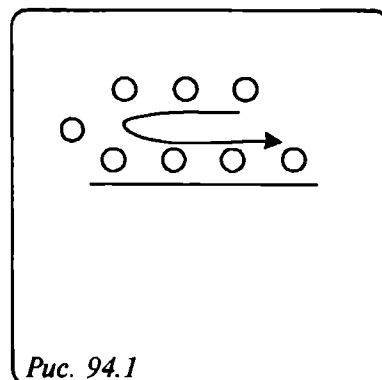


Рис. 94.1

- 8-16 такты — идут вперевалочку, стуча метлами, и заводят круг (см. рис. 94.2);
 17-20 такты — идут приставным шагом вправо по кругу, стучат в такт метлами;
 21-24 такты — то же влево (рис. 94.3);
 24-28 такты — идут, переваливаясь, к центру круга, на сильную долю 28 такта поднимают метлу вверх и делают притоп правой ногой (рис. 94.4);
 28-32 такты — отходят вперевалочку назад;
 33-34 такты — стоят на месте и стучат в такт метлами (рис. 94.5);
 35 такт — полуоборот направо, поставить метлу справа (стукнуть на сильную долю);
 36 такт — то же налево;
 37-38 — кружение на месте, постукивая метлами;
 39-42 — такты — повторение движений 35-38 тактов;
 43-46 — такты — Снеговики расходятся в рассыпную, поворачиваются лицом к зрителям и на заключительный аккорд поднимают метлу вверх, одновременно топая правой ногой (рис. 94.6).

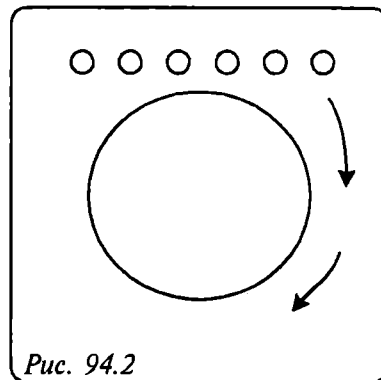


Рис. 94.2

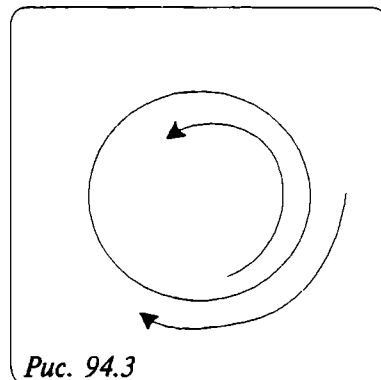


Рис. 94.3

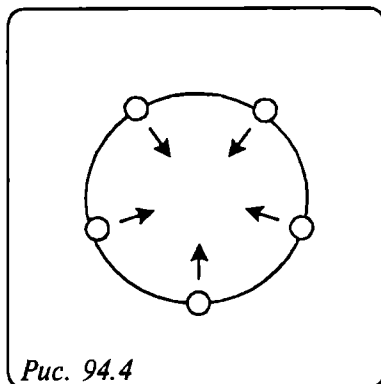


Рис. 94.4

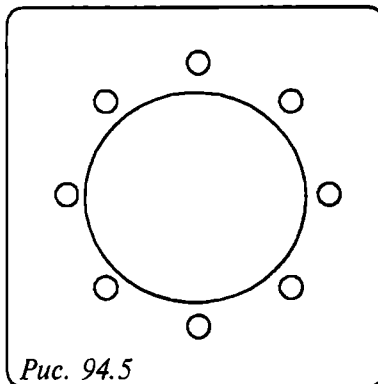


Рис. 94.5

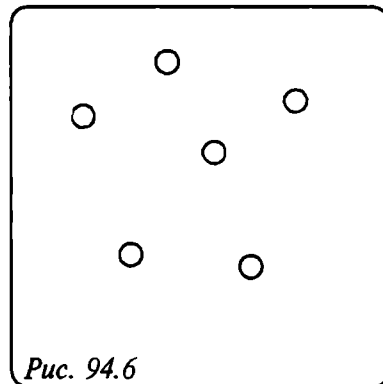


Рис. 94.6

95. Танец Стрелок часов

Музыка Р. Планкета

Этим танцем можно начинать или заканчивать новогоднюю сказку, в которой Стрелки часов — волшебные. А что с ними приключилось — вы придумаете вместе с детьми.

ОПИСАНИЕ ТАНЦА

В танце участвуют 2 девочки 5-7 лет — Стрелки.

Вступление:

- 1-2 такты — 1-я Стрелка выглядывает из-за циферблата;
 2-3 — такты — 2-я Стрелка выглядывает из-за циферблата;
 4-5 такты — обе прячутся назад;
 6-7 такты — повторение 1-3 тактов;
 8-10 такты — Стрелки выбегают из-за циферблата и останавливаются лицом к зрителям.

Музыка А

Стрелки выполняют одинаковые движения синхронно (как в зеркале):

11 такт — правую руку в сторону (все движения резкие, механические);

12 такт — то же левой рукой;

13 такт — правую руку вверх;

14 такт — левую руку вверх;

15-18 такты — маховые скрестные движения руками над головой, ноги пружинят;

19-25 такты — все движения выполняются в обратной последовательности, маховые скрестные движения руками выполняются внизу перед собой;

26-30 такты — Стрелки на прямых ногах маленькими шагами подходят друг к другу и берутся за руки;

30-36 такты — Стрелки кружатся на подскоках, взявшись за руки (подскоки “острые”, носки оттянуты);

37-38 такты — Стрелки отбегают назад и прячутся за циферблат;

38-39 такт — 1-я Стрелка выглядывает из-за циферблата;

39-40 такты — то же выполняет 2-я Стрелка;

41-42 такты — обе Стрелки прячутся за Циферблат.

Примечание: после кружения Стрелки могут присесть перед часами друг за другом и в такт музыке качать головами в разные стороны, с концом музыки остановиться в позе “без пяти минут 12”.

96. Танец Воробьев

Музыка Ф. Госсекса

Рекомендуется включать в интегрированные занятия, тематические развлечения и игры-драматизации.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвует 4 пары детей 6-8 лет.

И.П. — стоя парами в колонне по центру зала (см. схему на рис. 96.1)

1 фигура

1 такт — 4 пружинящих шага (на каждый счет);

2 такт — 3 прыжка на месте на 2-х ногах, одновременно похлопывая себя сбоку;

3-6 такты — повторяя эти движения, расходятся на круг (рис. 96.1);

6 такт — потянуться, встав на носки, вправо, затем влево;

7 такт — на 3 прыжках перестроиться в круг.

2 фигура

9 такт — подбегают, наклоняясь, к центру круга (рис. 96.2);

10 такт — 3 прыжка назад спиной (снова встают в круг);

11-13 такты — повторение движений 9-10 тактов;

14 такт — легким бегом “разлетаются” на 2 шеренги;

15 такт — повторение движений 7 такта;

16 такт — 3 прыжка на месте на двух ногах.

3 фигура

17 такт — стоя в шеренгах, идут высоким шагом навстречу друг другу к центру, помахивая

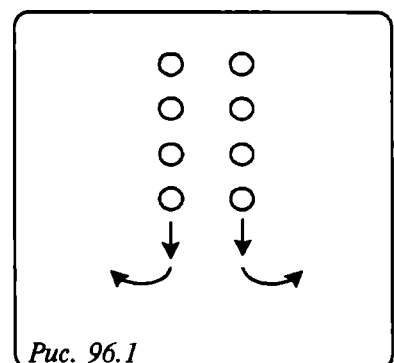


Рис. 96.1

“крыльями” и кивая головками (рис. 96.3);

18 такт — отбегают, слегка наклонившись вперед, спиной назад на свои места в шеренгах;

9-20 такты — повторение движений 17-18 тактов;

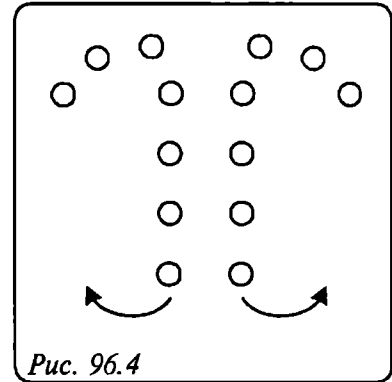
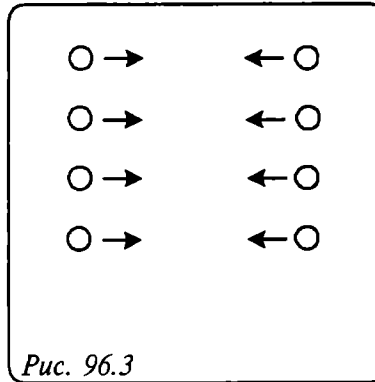
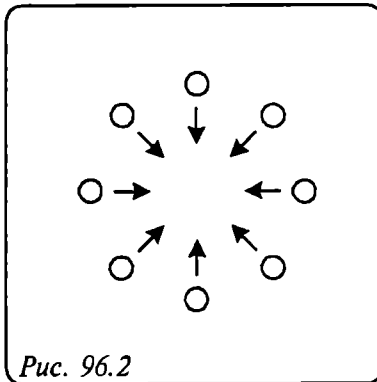
21 такт — 2 раза поднять согнутую в колене ногу, носок оттянут, одновременно 2 раза взмахнуть “крыльями” и кивнуть головой;

22 такт — то же левой ногой;

23 такт — идут высоким шагом навстречу друг другу в шеренгах;

24 такт — на “раз” — на “пружинке” полуоборот друг к другу, кивок головой, на “два” — то же в другую сторону, на “три-и-четыре” — 1-я пара Воробьев разлетается направо и налево, а остальные подбегают вперед на место предыдущей пары;

25-28 такты — повторяются движения 25 такта, пока все Воробьи не перестроятся в полукруг у центральной стены (см. рис. 96.4).



97. Танец Елочек и Снежинок

Музыка П. Чайковского

Рекомендуется включать в тематические занятия, игры-драматизации (например, при инсценировании сказки “Двенадцать месяцев”).

Зимний лес искрится
Снежной белизною.
И туман клубится
Над синею тропею.
Елочки-красавицы
Застыли на опушке,
А снежинкам нравится
Сверкать на их макушке.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

В танце участвуют: 3 Елочки, 6 Снежинок с шарфиками — девочки 6-9 лет.

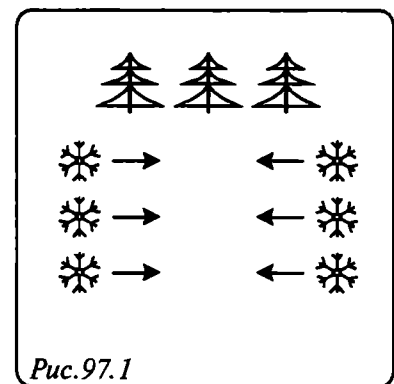
1 фигура

Музыка А

Движения Елочек

И.П. — Елочки стоят в двух шеренгах вдоль боковых стен зала (рис. 97.1). Ноги на ширине плеч, руки внизу, слегка разведены в стороны.

1-6 такты — Елочки качаются вправо-влево, перенося вес с тела с правой ноги



- на левую (не отрывая ног от пола);
 7-8 такты — кружение на месте на носках;
 9-10 такты — на одно колено опускаются Елочки, стоящие по бокам, а Елочка, стоящая в центре, поднимается на носки;
 11-12 такты — Елочка, стоящая в центре, опускается на одно колено, а крайние Елочки поднимаются на носки;
 13-16 такты — Елочки кружатся на носках направо;
 17-25 такты — повторить движения 1-8 тактов;
 26-27 такты — центральная Елочка выбегает вперед (в центр будущего круга — в центр зала);
 28-29 такты — остальные Елочки также выбегают в центр;
 30-35 такты — берутся за руки и качаются вправо-влево (ноги на ширине плеч);
 36-37 такты — соединяют поднятые вверх правые руки, левые отводят в стороны и становятся в “звездочку”.

Движения Снежинок

- И.П. — стоя, ноги в 4-й позиции, в руках шарфик, опущенный вниз.
 1-6 такты — взмахи шарфиком вперед-вверх на сильную долю каждого такта (на затакт — замах назад);
 7-8 такты — кружатся на месте на носках;
 9-10 такты — подбегают шеренгами навстречу друг другу, шарфики поднимают вверх;
 11-12 такты — отбегают назад, шарфики опускают вниз;
 13-16 такты — кружатся на месте на носках;
 17-24 такты — повторить движения 1-8 тактов;
 25-29 такты — повторить движения 9-12 тактов;
 30-35 такты — качают шарфиком, опущенным вниз, вправо-влево;
 36-37 такты — кружатся, шарфики закидывают назад (за плечи) и поворачиваются друг за другом по кругу по линии танца.

2 фигура

Музыка В

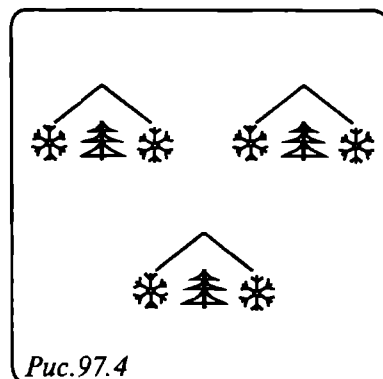
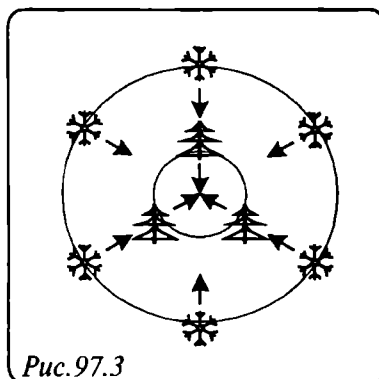
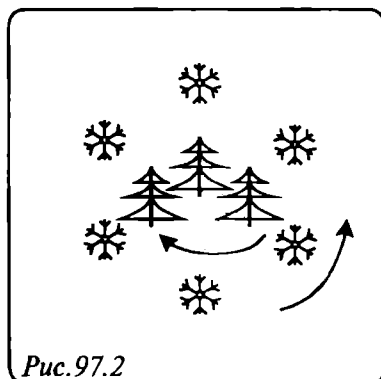
Елочки и Снежинки двигаются в двух концентрических кругах противоположно: Елочки — шагом на носках, а Снежинки — на легком беге (рис. 97.2). На повторение музыки (с 49 такта) — поменять направление движения.

Музыка А

И.П. — дети стоят в двух концентрических кругах лицом к центру круга (рис. 97.3).

Движения Елочек

- 1-6 такты — качают сцепленными руками вперед-назад;
 7-8 такты — кружатся на носках, руки внизу, слегка отведены в стороны;



- 9-10 такты — подбегают к центру, руки вверх (рис. 97.3);
- 11-12 такты — отбегают назад, руки вниз;
- 13-16 такты — кружатся;
- 17-24 такты — повторить движения 1-16 тактов.

Движения Снежинок

- 1-24 такты — повторить движения 1-24 тактов 1 фигуры, только стоя в кругу лицом к центру круга;
- 25-26 такты — центральная Елочка выбегает вперед к зрителям останавливается на переднем плане зала (сцены);
- 27-28 такты — остальные Елочки выбегают вперед и останавливаются на переднем плане зала справа и слева от центральной Елочки и немного позади нее;
- 28-32 такты — Елочки кружатся на месте на носках, а Снежинки подбегают попарно к каждой Елочке, на последний такт Елочки опускаются на правое колено, а Снежинки поднимают над ними шарфики (два конца соединить и поднять над головой, а два других конца поддерживать сбоку — см. рис. 97.4).

98. Танец Мышек

Музыка Д. Шостаковича, "Вальс-шутка"

Рекомендуется включать в тематические занятия, а также игры-драматизации (например, в сценарий по сказке "Малыш встречает новый год")*.

В танце участвует 7-12 девочек 5-7 лет.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Музыка А

И.П. — Мышки стоят по кругу, руки согнуты в локтях, кисти опущены, полуприсед.

Вступление:

1-4 такты — наклоны головы вправо-влево (на "пружинке").

1 фигура

- 5-6 такты — бег на носках, в конце фразы остановиться с полуоборотом направо;
- 7-8 такты — то же, остановка с полуоборотом налево;
- 9-12 такты — качание руками вперед-назад, в конце фразы — 2 прыжка на двух ногах;
- 13-20 такты — повторить движения 5-12 тактов;
- 21-28 такты — повторить движения 1-8 тактов, только на 2-х прыжках развернуться лицом к центру круга;
- 29-30 такты — реверанс вправо, в момент приседания левой рукой взять хвостик и помахать им;
- 31-32 такты — то же в другую сторону;
- 33-36 такты — кружение на носках на месте;
- 37-38 такты — подбежать к центру круга, руки плавно вверх;
- 39-40 такты — отбежать назад, руки плавно вниз;

* См. сценарий новогоднего праздника для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста — СПб., 1997.

41-43 такты — кружение на носках на месте;
44 такт — сесть на пол.

2 фигура

Музыка В

И.П. — сидя, руки сзади в упоре, ноги согнуты в коленях, стопы на полу.

1-2 такты — положить левую голень на пол, носок правой ноги поставить у колена левой ноги на пол, затем (на 2-й такт) поменять ноги местами;

3-8 такты — поочередное выпрямление ног, носки оттянуты;

9-16 такты — повторение движений 1-8 тактов;

17-23 такты — встать на колени, упор руками спереди, носки оттянуты. Вращение тазом (при этом стопы с оттянутыми носками качаются вправо-влево — как хвостики);

24 такт — сесть на пятки, руки согнуты в локтях, кисти опущены.

99. Танец с осенними ветками

Старинный вальс "Осенний сон"

В танце участвует группа детей 5-7 лет (10-20 человек). В руках — осенние ветки.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Вступление — медленным шагом дети строятся в две шеренги вдоль боковых стен зала.

И.П. — стоя в шеренгах, руки внизу.

1 фигура

Музыка А

1-4 такты — правую руку плавно вверх;

5-8 такты — правую руку плавно вниз;

9-16 такты — то же левой рукой;

17-20 такты — дети идут шеренгами навстречу своей паре, обе руки плавно вверх (4 шага);

21-24 такты — дети отходят назад спиной, руки плавно вниз;

25-28 такты — стоя, обе руки плавно вверх, на акцент — четкая фиксация рук наверху;

29-32 такты — обе руки плавно вниз.

2 фигура

Музыка В

Дети, стоящие в 1-й шеренге (у правой боковой стены зала), плавно качают вправо-влево ветками над головой.

Дети, стоящие во 2-й шеренге, на легком беге перестраиваются в круг и продолжают бежать до конца 16 такта.

17-32 такты — дети, стоящие во 2-й шеренге, плавно качают ветками над головой, а дети, стоящие в колонне, на беге перестраиваются во 2-й концентрический круг и до конца музыки В бегут по кругу.

3 фигура

Музыка А

И.П. — дети стоят в двух концентрических кругах.

1-4 такты — дети, стоящие во внутреннем круге, плавно поднимают обе руки вверх;

5-8 такты — плавно руки вниз.

В это время дети, стоящие во внешнем круге, просто слушают музыку.

9-16 такты — те же движения выполняют дети, стоящие во внешнем круге, а те, кто стоит во внутреннем, — слушают музыку;

17-20 такты — отходят назад, руки плавно вниз;

21-22 — на 4-х шагах поворачиваются спиной в центре круга, руки плавно вверх, на акцент зафиксировать руки наверху;

23-24 такты — руки плавно вниз, голову наклонить.

100. Цыганочка

Музыка народная. Танцевальная композиция для девочек

В танце участвует 5-10 девочек 7-9-летнего возраста.

1 фигура

Музыка А

Девочки входят и, пританцовывая, свободно располагаются в зале.

Повторение музыки А

И.П. — стоя на носках, руки наверху.

1 предложение

На “раз-и-два” — переступание на месте на носках, вращение кистями;

На “и” — опуститься на пятки. Мах правой ногой вперед, правую руку махом дугообразно вниз и вверх;

На “три-и-четыре” — то же другой ногой и рукой;

Повторить 2 раза соответственно музыке.

2 предложение

Те же движения, только вместо маха вперед — хлопки ладонью поочередно то по правой, то по левой пятке.

Повторить 2 раза соответственно музыке.

Музыка В

И.П. Полуоборот направо, руками взяться за юбку и, подняв ее края, скрестить руки на груди. Ноги в 4-й позиции, правая нога впереди.

1 фраза: на “раз-и два” — два шага с правой ноги — левую сзади приставлять; на “и” — прыжок на правой ноге с одновременным поворотом на 180°, левую махом отвести назад;

на “три” — шаг на левую ногу, правая сзади, руки в стороны;

на “и” — встать на правую ногу (стоящую сзади левой);

на “четыре” — наступить на левую ногу, поставив ее сзади правой, руки скрестить перед грудью;

на “и” — шаг на правую ногу;

2 фраза: повторить те же движения снова с правой ноги, но повернувшись в другую сторону.

Музыка С

“Качалочка” — попеременно выбрасывать вперед с оттянутым носком то правую, то левую ногу — по 2 раза (4 раза на каждую ногу) — на подскоках;

Руками одновременно “играть” юбкой.

Музыка D

Кружение на месте шагом с припаданием:

1-4 такты — вращение вправо, правая рука наверху, правую кисть слегка

поворачивать в такт музыке;

5-8 такты — то же влево.

Музыка А

И.П. — стоя на опорной правой ноге, левая на носке сзади; руками придерживать края юбки и, скрестив их над головой, как бы ими закрыться.

На “раз” — шаг на левую ногу;

На “и” — шаг в сторону на правую ногу;

На “два” — шаг на левую ногу, поставив ее скрестно спереди;

На “и” — ударить носком правой ноги сзади.

Руки на всю фразу постепенно развести в стороны (и, соответственно, раскрывать юбку).

На “три — и -четыре” — то же в обратном направлении, начиная движения с правой ноги, стоящей позади левой.

Повторить движения по 2 раза в каждую сторону.

2 фигура

Музыка А

На переменном шаге, то разводя края юбки широко в стороны, то соединяя их вместе, перестроиться в большой круг.

Далее повторить движения 1-й фигуры, стоя в общем круге лицом к центру.

Заключение

1 фраза: опуститься на левое колено, круговые движения руками сверху вниз с потряхиванием кистей;

2 фраза: стоя на коленях, потряхивая плечами, наклонить туловище назад и с концом музыки “упасть” на спину (колени согнуты, слегка разведены в стороны).

Приложение 2

В помощь к планированию содержания работы по ритмопластике

Сюжетно-тематическая характеристика репертуара программы "Ритмическая мозаика"

№ п/п	Тема	Композиция	Варианты включения в другие виды деятельности
1	Мир игрушек	«Неваляшки», «Кукла», «Кукляндия», «Танец Кукол и Мишки», «Танец Солдатики и Кукол», «Танец Колокольчиков» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
2	Любимые персонажи мультфильмов	«Чебурашка», «Крокодил Гена», «Кот Леопольд», «Кузнечик», «Три поросенка» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
3	В мире сказок	«Красная Шапочка», «Птичка польку танцевала», «Поросята», «Танец Троллей», «Бальный танец», «Танец Месяца и Звездочек», «Танец Стрелок часов» и др.	Музыкальные и интегрированные занятия, праздничные утренники и развлечения
4	Природа и животные	«Упражнение с осенними листьями», «Дети и природа», «Белые кораблики», «Белочка», «Аквариум», «Голубая вода»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
5	Юмор и шутка	«Два барана», «Озорники», «Кошки-Мышки», «Антошка», «Кошка и Девочка», «Птичий двор» и др.	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
6	Путешествия	«Едем к бабушке в деревню», «Веселые путешественники», «Вместе весело шагать»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения, вводная часть занятий
7	Настроения в музыке и пластике	«Цыганские напевы», «Турецкий марш», «Осенний парк», «Лирический танец» и др.	Занятия по изобразительности, интегрированные занятия
8	Любимые песни малышей, а также их мам и бабушек	«Веселые путешественники», «Рыбачок», «Цыплята» и др.	Семейные праздники и развлечения
9	Парные танцы	«Маленький танец», «Кремена», «Полкис», «Старинная полька», «Менуэт», «Полонез», «Танец моряков» («Морячка»)	Интегрированные занятия, праздники и развлечения
10	Сюжетные танцы	«Домисолька», «Танец Богатырей», «Танец Месяца и Звездочек», «Танец Вьюги и Снежинок», «Танец Троллей», «Танец Придворных»	Театрализованные представления, праздники и развлечения
11	Композиции физкультурной направленности	«Упражнение с обручами» (2), «Воздушная кукуруза», «Танцкласс», «Жаворонок», «Голубая вода», «Мельница», Аэробика, пластические этюды на музыку А.Петрова, «Озорники», «Кошки-Мышки» и др.	Комплексы общеразвивающих упражнений. Физкультурные занятия, праздники
12	Игры и этюды	«Игра с мячом», «Найди себе пару», «Козочки и Волк», «Птички и Вороны», «Пляска-игра с крокодилом Генной»	Интегрированные занятия, праздники и развлечения

Планирование использования ритмических композиций в педагогическом процессе ДОУ

Характер и направленность музыкально-ритмических композиций	Включение в педагогический процесс (занятия, самостоятельную деятельность и др.)	Тренинг психических процессов и качеств личности
1. Образно-игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды и др., включающие имитационные, пантомимические движения)	Занятия по изобразительной деятельности, развитию речи, по экологии, физкультуре и др. Темы: "Сказочные персонажи", "Гости из мультфильмов", "В мире игрушек", "Природа и музыка" и др. Между занятиями как физкультминутка ("Танцуйте сидя", "Белочка", "Кошка и Девочка")	Внимание (слуховое, зрительное, произвольное и произвольное). Фантазия, творческое воображение, умение выразить в пантомимике настроение, состояние персонажа
	На прогулке - как подвижные игры, творческие задания. ("Игры с мячом", "Козочки и Волк", "Мячик" и т.д.)	Ловкость, координация, быстрота движений, творчество
	В быту и в процессе самостоятельной деятельности (игры с куклой "Ожившая кукла", "Плюшевый медвежонок" и др.)	Воображение, пластичность движений
2. Танцевальные композиции и сюжетные танцы	На музыкальных занятиях, при подготовке и проведении досугов и праздников, на физкультурных занятиях ("Кремена", "Полкис" и др.)	Развитие координации, ловкости и точности движений, умений ориентироваться в пространстве
3. Общеразвивающие (гимнастические) упражнения (по типу детской аэробики)	На утренней зарядке, бодрящей гимнастике, физкультурных занятиях, досугах и праздниках, на занятиях ритмикой ("Голубая вода", "Лошадки" и др.)	Развитие гибкости, пластичности движений, формирование красивой осанки, походки
4. Музыкальные игры, этюды	На различных занятиях для эмоционального настроения, релаксации, развития способности к творческому самовыражению ("Игра с мячом", "Козочки и волк", «Птички и Ворона», «Найди себе пару» и др.)	Тренировка переключения внимания, способности к импровизации

Подобные таблицы удобно разработать с учетом разнообразного музыкально-ритмического репертуара (не только из "Ритмической мозаики", но и из других сборников, под инструментальный аккомпанемент. Периодически этот репертуар можно менять и дополнять).

Для перспективной и текущей работы можно использовать календарное планирование, отражающее приоритетные задачи развития ребенка (которые вытекают из содержания программы в соответствии с возрастом детей), а также музыкально-ритмический репертуар в различных видах деятельности и при подготовке к праздникам. Ниже приводится пример такого планирования (аналогично составляются планы для других возрастных групп).

КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Младшая группа

Период прохождения материала	Программное содержание	Репертуар	Интеграция материала с содержанием работы других педагогов	Праздничный материал
Сентябрь-октябрь-ноябрь-декабрь	<p>Развитие умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, двигаться в соответствии с образом и характером музыки, ее темпоритмом.</p> <p>Формировать умение выполнять простейшие перестроения: становиться в круг, врассыпную, поворачиваясь лицом к зрителям.</p> <p>Развитие умений самостоятельно находить выразительные позы и движения в пластических этюдах, изображающих птиц, знакомых зверей, транспорт, игрушки, а также коммуникативные жесты (“Иди ко мне”, “До свидания”, “Нельзя”), жесты, выражающие состояния: “Жарко-холодно”, “Обиделись-помирились” и др.</p>	<p>“Маленький танец”, “Птички и Ворона”, “Разноцветная игра”, “Плюшевый медвежонок”, “Веселые путешественники”, “Чебурашка”, “Рыбачок”, “Неваляшки”, “Едем к бабушке в деревню”, а также допол- нительно: _____ _____ _____ _____ _____ _____</p>	<p>Сезонные изменения в природе (словесный рассказ, показ, изображение в рисунках и др.). Поведение птиц.</p> <p>Игрушки, их изображение</p> <p>Разучивание композиций для проведения зарядки, физкультминуток, интегрированных занятий: _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____</p>	<p>“Маленький танец”, Игра “Птички и Ворона”, Композиция “Разноцветная игра”, Сюжетный танец “Плюшевый медвежонок”. Дополнительно к осеннему празднику: _____ _____ _____ _____</p> <p>К Новому году утреннику: _____</p> <p>“Неваляшки” _____ _____ _____</p>

Пример календарного планирования носит общий характер. Каждый педагог самостоятельно дополняет его репертуаром. На наш взгляд, важно также учитывать и планировать индивидуальную работу с детьми. В связи с этим необходима диагностика уровня развития музыкального и психомоторного развития ребенка (см. прил. 3).

После проведения обследования детей в начале года педагог разрабатывает “Индивидуальный образовательный маршрут” для каждого ребенка, иными словами, отмечает проблемы в музыкально-двигательном развитии и проектирует их коррекцию средствами ритмопластики. Это особенно актуально для работы в коррекционных учреждениях и работы в условиях студии (при небольшом количестве детей).

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Ф.И. ребенка _____

Возраст _____

Дата поступления в ДОУ _____

Карта диагностики (см. прил. 3)

Выводы по результатам обследования: _____

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО РИТМОПЛАСТИКЕ

Уровень развития и проблемы в состоянии эмоциональной сферы	Уровень развития и проблемы в освоении движений	Уровень развития и проблемы в проявлении музыкального слуха	Рекомендованный репертуар*	Показатели достижений
Заторможенный, вялый, музыкально-ритмическими движениями занимается неохотно	Низкий уровень развития движений. Особую сложность составляют следующие движения: подскоки, прыжки на одной ноге, приставной шаг.	Средний уровень развития музыкального слуха. Воспроизводит несложный ритм, различает контрастные части музыкального произведения. Охарактеризовать музыкальный образ словами затрудняется.	«Птички и Ворона», «Поросята», «Разноцветная игра» и др.	Дата _____ На занятиях отмечается заинтересованность движениями, выразительность мимики и пантомимики в знакомых плясках и играх. Дата _____ В упражнении «Поросята» освоены прыжки на одной ноге.

* На основании беседы с ребенком выбираются только те композиции, которые ему нравятся и включают движения, уже освоенные им, а также и те, которые способствуют развитию музыкально-ритмических навыков и умений.

Приложение 3

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, сравнивая их между собой, и условно ориентируется на лучшие показатели, выявленные для данного возраста (лучше — в данной группе).

Предлагаемую карту диагностики желательно размножить на ксероксе для удобства заполнения.

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара из “Ритмической мозаики”).

Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребенка

Ф.И. ребенка _____

Год рождения _____

Параметры	Начало года	Середина года	Конец года
1. Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)			
2. Эмоциональная сфера			
3. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия)			
4. Творческие проявления			
5. Внимание			
6. Память			
7. Подвижность нервных процессов			
8. Пластичность, гибкость			
9. Координация движений			

В процессе оценки можно использовать различные шкалы: 3-балльную, 5-балльную, 10-балльную, либо уровни: высокий, низкий, средний. Каждый педагог выбирает и обосновывает ту шкалу, которая ему больше подходит, принципиального значения для вывода об общем уровне развития ребенка это не имеет.

Мы приводим критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 5-балльной системой.

Музыкальность — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).

Для каждого возраста педагог определяет разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений, раскрытый нами в задачах.

Пример оценки детей 4-го года жизни:

- 5 баллов — умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;
- 4-2 балла — в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;
- 0-1 балл — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Оценка детей 7-го года жизни:

- 5 баллов — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;
- 4-2 балла — передают только общий характер, темп и метроритм;
- 0-1 балл — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Эмоциональность — выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что — то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У незэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-5).

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постояен, можно оценивать проявление **экстраверсии** или **интроверсии**. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может делать важные выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его состоянии на данный момент по типичности или нетипичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных характерологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии.

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

Творческие проявления — умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные “па”. Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию (младшие дети — 1-го уровня сложности, старшие — 2-го и 3-го уровня сложности) от начала до конца самостоятельно — это высокий уровень, оценка — 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — оценка 0-1 балл.

Память — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2-0 баллов.

Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.

Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N — норма (5 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, З-1, З-2 и т.д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).

Координация, ловкость движений — точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

У детей 4-го года жизни оценивается правильное и точное исполнение ритмических композиций 1-го уровня сложности; 5-6 года жизни — 2-го уровня сложности; 7-го года жизни — 2-го и 3-го уровня сложности; для оценки 8-9-летних детей предлагается исполнить композиции 3-го уровня сложности (в быстром и медленном темпе).

Гибкость, пластичность — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения (“рыбка”, “полушпагат” и др. — от 1 до 5 баллов).

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

Приложение 4

**Материалы к развитию импровизации
в процессе театрализованной деятельности**

Из опыта работы музыкального руководителя яслей-сада №15
г. Сосновый Бор Ушаковой Ларисы Ивановны

Инсценирование сюиты М. Мусоргского “Картинки с выставки”

Последовательность работы

- 1-й этап** — слушание музыки, беседы о истории ее создания, композиторе, характере и музыкальном образе.
- 2-й этап** — рисование картин на основе музыкального образа (совместная деятельность детей и воспитателей).
- 3-й этап** — импровизация движений под музыку М.Мусоргского.
- Заключительный этап** — синтез поэтического, изобразительного и пластического творчества на основе создания целостной сюиты. Обыгрывание пластического спектакля, работа над костюмами, оформлением зала.

Сценарий спектакля

“Прогулка” — выход “картин”, закрытых легким покрывалом:

1-я картина — “Гном”, 2-я картина — “Старый замок”, 3-я картина — “Тюльрийский сад”, 4-я картина — “Балет невылупившихся птенцов”, 5-я картина — “Баба Яга”.

После окончания музыки (“Прогулка”) 1-я “картина” выходит вперед, покрывало откидывается.

Стихи Л.И.Ушаковой

Ведущая:

Гном

Зловещие звуки звучат тут и там,
И Кардик коварный является нам:
“На службе у горного я короля,
Пугать всех людей — вот задача моя!
Скачу по камням и крадусь в тишине,
Да, очень силен я в своем колдовстве!”

“Картина” уходит, занавес приоткрывается, его края оформлены как рама, в которой участники спектакля застыли в позах, имитируя “живую картину”.

С первыми звуками музыки персонажи “оживают” и выходят из “рамы”, затем исполняется пластическая импровизация. Таким образом представляется каждая картина, а с концом музыкального произведения все персонажи снова заходят в “раму” и неподвижно застывают. Занавес закрывается, и, пока ведущая читает стихи, готовится следующая картина.

Старый замок

Таинственный замок заброшен и тих,
Он тайну скрывает от взоров людских.
Колючий шиповник разросся у стен,
И лес вокруг замка печален и нем.
Когда— то давно здесь принцесса жила:
Смеялась и пела — была весела...
Теперь лишь виденья в том замке живут,
И тени прозрачные в танце плывут.

Тюильрийский сад

Солнце яркое сияет,
Освещая все вокруг.
Птицы весело порхают,
Собираясь в пестрый круг.
Потянувшись, вышла кошка —
Рада солнцу и теплу —
И, свернувшись на дорожке,
Лижет шерсточку свою.
Так, лениво наблюдая
За веселою игрой,
Думает:” Да пусть летают!
Я так занята собой!”

Балет невылупившихся птенцов

Мама-Курица забыла
Сделать срочные дела,
И, оставив без присмотра
Яйца, встала и ушла...
Вдруг — “трик-трак” — и треск раздался
В белой скорлупе...
Желтый клювик показался:
— Вот я! Здравствуйте!
Вот один, другой, и третий...
Ну и писк подняли дети!
И вприпрыжку — танцевать,
Маме деток не унять.

Баба Яга

В далеком глухом и дремучем лесу,
Куда ты найдешь лишь тропинку одну,
По ней, если смело и прямо пойдешь,
То вскоре к избушке без окон придешь.
И сказка проснется, и лес оживет,
И Баба Яга на крылечко взойдет...
Взмахнет она трижды волшебной метлой,
Присвистнет да топнет костлявой ногой...
И свиту нечистую вмиг соберет.
Закружит, завертит, по лесу пойдет.
И в бешеном танце помчится вокруг,
Пока богатырь не появится вдруг.
Он сильный и храбрый, любовью храним,
Ударит мечом — и победа за ним.
Исчезнут проклятые, сгинут во тьме,
И яркое солнце взойдет в вышине!

Под музыку “Богатырские ворота” (отрывок) выходят все участники спектакля.

Из опыта работы яслей-сада №21 Василеостровского района С.-Петербурга

Исценирование сказки, которую сочинили дети подготовительной группы

Воспитатель — Воронина Нина Ивановна,

музыкальный руководитель — Ильинская Вера Борисовна

Страна Цветов

Рассказчик: — Далеко-далеко, за синими морями, за высокими горами есть чудесная страна Цветов. Там живут волшебные цветы небывалой красоты. Они так прекрасны, что сердце замирает, когда видишь их. Царствует в этой стране Фея Цветов.

(Дети — цветы исполняют композицию “Волшебный цветок” — муз. Ю. Чичкова)

Рассказчик: — Однажды к ней в гости прилетела Птичка.

Фея: — Здравствуй, певунья-птичка! Какие вести ты принесла на своих легких крылышках? Где ты побывала, что видала?

Птичка: — Здравствуй, милая Фея! Здравствуйте, волшебные цветы! Я прилетела к вам из далекого северного города Санкт-Петербурга, который стоит на берегах прекрасной реки Невы. В нем много чудесных дворцов, музеев, площадей. Львы, Грифоны, Русалки, Морские коньки передали вам привет. Много видала я городов, но такой увидела впервые.

Фея: — А много там цветов?

Птичка: — Я пролетала над ним зимой и не видала там цветов.

Фея: — Ах, как же так! В прекрасном городе должно быть много волшебных цветов! Я подарю этому городу свои самые красивые цветы, с самыми гибкими стеблями и листьями. Пусть они украсят этот город! Пусть от них теплее и уютнее станет людям!

Птичка: — Но, милая Фея, это северный, холодный город. В нем часто идут дожди, дуют холодные ветры, и зимы бывают такими холодными, что твои волшебные цветы замерзнут там.

Фея: — Ах, что же нам делать?

Цветы: — Не печалься, милая Фея! Давай, мы из самых прекрасных цветов сплетем для этого города дивной красоты ограды для его садов и парков, решетки для ее мостов и набережных. А ты заколдуешь нас, и никакие морские ветры и холода не будут нам страшны.

— Давайте!

— Давайте!

Рассказчик: — Так в подарок от прекрасной Феи Цветов появились в нашем городе волшебной красоты цветы в оградах садов, в решетках мостов, в украшениях зданий, фонарей. Гуляя по нашему городу, взгляните в них, и, если глаза ваши будут добрыми и умными, цветы обязательно кивнут вам своими головками, потому что город наш стал для них родным.

(Цветы исполняют вальс на музыку П. Чайковского — импровизация)

Муха: Что бы мне купить такое?
 Может, платье голубое?
 Может, туфли или юбку?
 Так, подумаю минутку...
 Нет! Пойду я на базар,
 И куплю там самовар.
 Потому, что день рожденья
 Буду нынче я справлять.
 Всех Букашек, Таракашек
 Сладким чаем угощать.

Под музыку В. Гаврилина Муха “улетает”. Остальные дети садятся на места.

1 действие

*Выходят двое Коробейников под мелодию одноименной народной песни,
 в руках у них подносы с товаром.*

Мальчики обходит (противоходом) зал, показывая всем свой товар.

1-й Коробейник: Ярмарка!
 2-й Коробейник: Ярмарка!
 Оба вместе: Удалая Ярмарка!
 1-й Коробейник: Только у нас!
 2-й Коробейник: Только у нас!
 Оба: Самый лучший в мире квас!
 1-й Коробейник: Уважаемая публика!
 Покупайте у нас бублики!
 2-й Коробейник: Бубны, ложки, балалайки,
 Подходите, выбирайте!

*Подходят дети. Рассматривают, выбирают “товар” (пантомима). Несколько детей
 выбирают деревянные ложки и другие музыкальные инструменты.
 Исполняется народная плясовая мелодия, дети играют на ложках.*

Иванушка (выходит): Я на ярмарке был,
 Столько там добра купил,
 Что всего не перечесть,
 Могу об этом только спеть.

Инсценировка русской народной песни “Где был, Иванушка?”

1-й Коробейник: А вот платки красивые
 С бахромою длинною.
 Подходите покупать,
 Пора пляску начинать

Исполняется русский танец с платками.

*Появляется Муха, облетает “лавки”, пробует семечки, примеряет платок и т.д.,
 затем останавливается у самовара.*

Муха: Здесь хорош любой товар,
 Но мне нужен самовар!

Муха “покупает” самовар (отдает продавцу денежку), затем улетает.

2 действие

Выдвигается сервированный стол, на котором стоит самовар, лавки.

Муха: Все готово. Стол накрыт,
Самовар уже кипит.
Вот придут мои друзья,
Как рада им, поверьте, я!

Под музыку (веселая полька, например “Кремена”) прибегают все Гости.

Ведущий: Пришли к мухе тараканы,
Принесли ей барабаны.
Тра-та-та, тра-та-та
Слышен гром со двора.

Под музыку С. Прокофьева “Марш” выходят “Тараканы с барабанами, обходят зал и останавливаются возле Мухи

Муха: Спасибо, Тараканы, прошу за стол!
(Тараканы садятся за стол).

Ведущий: Приходили к Мухе Блошки,
Приносили ей сапожки.
А сапожки – не простые,
В них застежки золотые.

Под музыку Ф. Шуберта “Музыкальный момент” выходят Блошки, прыгая по залу, затем подбегают к Мухе.

Муха: Спасибо, Блошки, прошу за стол!
(Блошки садятся за стол).

Ведущий: Приходила к мухе Бабушка пчела,
Мухе-Цокотухе меду принесла.

Под музыку (венгерская песня “Жуки”) Пчела облетает зал и подлетает к Мухе.

Муха: Спасибо, Бабушка пчела, прошу за стол!
(Пчела садится за стол).

Ведущий: Бабочки-красавицы пришли на день рожденья.
Им должно понравиться цветочное варенье!
(Примечание: может быть одна или несколько Бабочек)

Под любой вальс (например, А. Филипенко) танцуют Бабочки, с окончанием музыки подлетают к Мухе.

Муха: Спасибо, Бабочки, прошу за стол!
(Бабочки садятся за стол).

Все гости сидят за столом. Звучит веселая музыка, Гости “едят” (пантомима). После окончания музыки выходят из-за стола, становятся вокруг Мухи.

Гости (хором): Поздравляем. Поздравляем!
Счастья, радости желаем.
Помогать тебе во всем
Слово честное даем.

Исполняется хоровод “Каравай” — “Как на Мухино рождение испекли мы каравай...”

Муха (в конце хоровода отвечает): Я люблю, конечно, всех,
А Комарика больше всех!

*Появляется Паук (звучит музыка Э. Грига “В пещере горного Короля”).
Все гости разбегаются и прячутся.*

Муха (мечется, голосит): Дорогие гости, помогите!
Паука-злодея зарубите!
И поила я вас,
И кормила я вас,
Не покиньте меня
В мой последний час!

Ведущий: Но жуки-червяки испугались,
По углам, по щелям разбежались.
Вдруг откуда-то летит
Маленький Комарик,
И в руке его горит
Маленький фонарик.

Под музыку Н. Римского-Корсакова “Полет шмеля” появляется Комарик.

Комарик: Где убийца? Где злодей?
Не боюсь его когтей!

*Сражение Комарика с Пауком (пантомима под музыку Ж. Бизе “Марш Тореадора”).
Комарик побеждает, выход с саблей вперед.*

Комарик: Я злодея зарубил,
Я тебя освободил
И теперь, душа-девица,
На тебе хочу жениться!

(Опускается на одно колено, руку к сердцу).

*Под Марш Мендельсона все Гости “выползают” и парами торжественно обходят зал
за Мухой и Комаром, останавливаются полукругом за ними.*

Гости (хором): Слава, Слава Комару-победителю!

1-й Коробейник: Эй, сороконожки,
Бегите по дорожке!

2-й Коробейник: Зовите музыкантов,
Будем танцевать!

*Выходят все участники представления, исполняют веселую пляску
(на музыку “Кремена”, описание на с. 72).*

Приложение 5. Ноты

Танец Солдат

Песенка Солдата из кинофильма "Старая, старая сказка"

А. Петров

В темпе марша, весело

8

The first system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef with a key signature of two flats (B-flat and E-flat) and a 4/4 time signature. It begins with a dynamic marking of *f* (forte). The lower staff is in bass clef with the same key signature and time signature. The music features a rhythmic pattern of eighth and sixteenth notes in the upper staff and a steady bass line in the lower staff.

8

The second system continues the piece. The upper staff features a melodic line with accents (>) over the final four notes. The lower staff maintains the bass line with some chordal textures.

The third system shows a more complex melodic line in the upper staff, including a sixteenth-note run with accents (>). The bass line continues with a steady accompaniment.

The fourth system concludes the piece. The upper staff has a melodic line with eighth-note patterns, and the lower staff provides a consistent bass accompaniment.

This page of musical notation is for a piano piece in a key signature of two flats (B-flat and E-flat) and a 4/4 time signature. It consists of six systems of staves, each with a treble and bass clef. The notation includes various musical symbols and dynamics:

- System 1:** Features a melody in the treble clef and a bass line in the bass clef. A dynamic marking of *f* (forte) is present in the second measure.
- System 2:** The melody continues with a dynamic marking of *mf* (mezzo-forte) in the first measure.
- System 3:** Shows a more complex melodic line with slurs and ties.
- System 4:** Includes a repeat sign (double bar line with dots) and a first ending bracket. A dashed line with the number '8' indicates an octave shift for the bass line.
- System 5:** Continues the melodic and harmonic development.
- System 6:** The final system, ending with a double bar line and a final chord.

Танец Снеговиков

музыка из оперы "Вольный стрелок"

К. Вебер

Умеренно

The musical score is presented in five systems, each with a grand staff (treble and bass clefs). The key signature is two sharps (D major) and the time signature is 2/4. The score includes various dynamics such as *f*, *ff*, and *mp*. Performance markings include accents (>), slurs, and repeated notes. The word "Ped." with an asterisk is placed below the bass staff in several measures, indicating pedaling. The piece concludes with a *f* dynamic in the final measure of the fifth system.

And. simile

f

f

1

2

f

Стрелки часов

Танец

Оживленно

Р. Планкет

The musical score is written for piano in 2/4 time with a key signature of two sharps (D major). It consists of six systems of music, each with a grand staff (treble and bass clefs). The first system begins with a dynamic marking of *mf*. The second system contains a repeat sign. The third system continues the melodic and harmonic development. The fourth system includes a *rall.* (rallentando) marking. The fifth system is marked *a tempo*. The sixth system concludes with two endings, labeled 1 and 2, leading to the final cadence.

Танец Воробьев

Гавот

Ф. Госсек

Довольно скоро

The musical score is written for piano in G major and 2/4 time. It consists of six systems of two staves each. The notation includes various dynamics such as *p* (piano), *f* (forte), and *ff* (fortissimo), as well as accents (*acc.*) and dynamic markings like *cresc.* (crescendo) and *poco a poco*. There are also markings for *Red.** (likely indicating a redaction or specific performance instruction) and *simile*. The score features intricate piano textures with many sixteenth and thirty-second notes, often beamed together. Some measures include triplets (marked with '3') and a fermata over a final chord. The piece concludes with a final cadence.

Танец Елочек и Снежинок

музыка из цикла "Времена года"

П. Чайковский

Темп вальса

The first system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef and the lower staff is in bass clef. The key signature has three flats (B-flat, E-flat, A-flat) and the time signature is 3/4. The music begins with a piano (*p*) dynamic. The first four measures feature a simple harmonic accompaniment in the bass with chords and single notes, while the treble staff has a melody of quarter and eighth notes. The fifth measure is marked *piu mosso cresc.* and shows a more active melody in the treble.

The second system continues the piece. It starts with a *molto rit.* (very slow) tempo marking, where the treble staff has a complex, tremolo-like texture. This is followed by an *a tempo* (return to tempo) marking. The music then returns to a piano (*p*) dynamic with a more rhythmic accompaniment in the bass and a melody in the treble.

The third system continues the piece with a steady accompaniment in the bass and a melody in the treble. The dynamics remain piano.

The fourth system concludes the piece. It features a similar accompaniment and melody as the previous systems, ending with a final chord in the bass and a sustained note in the treble.

The musical score is presented in five systems, each with a treble and bass staff. The key signature is three flats (B-flat major or D-flat minor) and the time signature is 3/4. The dynamics and articulation are as follows:

- System 1:** Treble staff begins with a piano (*p*) dynamic. The bass staff provides harmonic support with chords and moving lines.
- System 2:** Continues the piano (*p*) dynamic throughout both staves.
- System 3:** The treble staff features a melodic line with slurs and accents, while the bass staff remains in a piano (*p*) dynamic.
- System 4:** The treble staff starts with a mezzo-forte (*mf*) dynamic, indicated by a wedge-shaped hairpin. The bass staff continues with piano (*p*) dynamics.
- System 5:** The treble staff begins with a mezzo-forte (*mf*) dynamic, which then tapers off to a *dim.* (diminuendo) dynamic towards the end of the system. The bass staff maintains a piano (*p*) dynamic.

First system of musical notation. Treble clef, bass clef. Key signature: three flats. The system contains two staves. The right staff has a melodic line with a slur and a sharp sign. The left staff has a bass line with chords. Dynamics include *p* and *poco cresc.*

Second system of musical notation. Treble clef, bass clef. Key signature: three flats. The system contains two staves. The right staff has a melodic line with slurs and accents. The left staff has a bass line with chords. Dynamics include *molto rit*, *a tempo*, and *p*.

Third system of musical notation. Treble clef, bass clef. Key signature: three flats. The system contains two staves. The right staff has a melodic line with slurs. The left staff has a bass line with chords. Dynamics include *p*.

Fourth system of musical notation. Treble clef, bass clef. Key signature: three flats. The system contains two staves. The right staff has a melodic line with slurs and accents. The left staff has a bass line with chords. Dynamics include *p* and *cresc.*

Fifth system of musical notation. Treble clef, bass clef. Key signature: three flats. The system contains two staves. The right staff has a melodic line with slurs and accents. The left staff has a bass line with chords. Dynamics include *mf* and *p*. The system ends with a double bar line and a repeat sign.

The image displays five systems of musical notation for piano, arranged vertically. Each system consists of two staves: a treble clef staff on top and a bass clef staff on the bottom. The music is written in a key signature of two flats (B-flat and E-flat) and a common time signature (C). The notation includes various musical symbols and markings:

- System 1:** Treble staff has a series of chords and eighth notes. Bass staff has a simple melodic line. A dynamic marking *mf* is present in the middle of the system. A *Ped. ** marking is located below the bass staff.
- System 2:** Treble staff features a more complex melodic line with slurs and accents. Bass staff continues the melodic line. A dynamic marking *p* is at the end of the system. A *Ped. ** marking is below the bass staff.
- System 3:** Treble staff has a dense texture with many notes, including slurs and accents. Bass staff has chords and a melodic line. Two *Ped. ** markings are placed below the bass staff.
- System 4:** Treble staff has chords and slurs. Bass staff has chords and a melodic line. Two *Ped. ** markings are placed below the bass staff.
- System 5:** Treble staff has chords and slurs. Bass staff has chords and a melodic line. A *Ped. ** marking is placed below the bass staff.

This musical score is written for piano and consists of four systems of two staves each (treble and bass clef). The key signature is B-flat major (two flats). The first system begins with a complex texture in the right hand, featuring a series of sixteenth-note chords and a melodic line, while the left hand provides a steady accompaniment of chords. A dynamic marking of *Red. ** is placed below the second measure. The second system continues this texture, with the right hand moving to a more active melodic line. A second *Red. ** marking is present. The third system features a dense, sustained texture in the right hand, with the left hand continuing its accompaniment. A third *Red. ** marking is located below the first measure. The fourth system concludes the piece with a final melodic flourish in the right hand and a simple accompaniment in the left hand. A dynamic marking of *Red. ** is placed below the first measure of this system. The score includes various musical notations such as slurs, accents, and dynamic markings.

Упражнение с осенними ветками

Старинный вальс

Вступление
Довольно медленно

p

Ред. * *Ред.* * *Ред.* * *Ред.* *

Ред. * *Ред.* * *Ред.* * *Ред.* *

pp

* *Ред.*

Вальс
Умеренно

p

* *Ред.* * *Ред.* *

simile

пр. р.

p

f

The musical score is arranged in six systems, each with a grand staff (treble and bass clefs). The key signature is B-flat major (two flats). The first system features a melodic line in the treble clef and a bass line in the bass clef, with dynamic markings *sf* and *p*. The second system includes a repeat sign and dynamic markings *mp, p.* and *f*, with performance instructions *Red.** and *simile*. The third system continues with *p* and *f* dynamics. The fourth system is marked *p*. The fifth system is marked *f* and *p*. The sixth system is marked *f* and *p*. The notation includes various musical symbols such as notes, rests, slurs, and dynamic markings.

First system of musical notation, featuring a grand staff with treble and bass clefs. The music consists of chords and melodic lines in both hands. A dynamic marking of *p* is present in the right hand.

Second system of musical notation. The right hand features a melodic line with a dynamic marking of *pp*. The left hand provides a steady accompaniment.

Third system of musical notation, continuing the piece with complex chordal textures in both hands.

Fourth system of musical notation, showing further development of the musical themes.

Fifth system of musical notation, the final system on the page. It includes dynamic markings of *sf*, *p*, and *pp*. A *rit.* (ritardando) marking is placed above the right hand. A *Ped.* (pedal) marking with an asterisk is located below the left hand.

Танец Мужа

Каприччио

В. Гаврилин

Легко, живо

p
f \rightarrow *p*
 cresc. *f*
p

Выход Бабочек

Итальянская народная песня "Санта-Лючия"

В спокойном движении

p

mp

mf

mp

rit. *a tempo*

mf

mp

Ped. * Ped. * Ped. * Ped. * Ped. *

Свадебный марш

Ф. Мендельсон

Скоро и очень живо

The musical score is arranged in six systems, each with a grand staff (treble and bass clefs). The first system features a treble clef staff with a *ff* dynamic and a bass clef staff with a *ped.* marking. The second system includes a treble clef staff with a *ff* dynamic and a bass clef staff with a *ped.* marking. The third system has a treble clef staff with a *f* dynamic and a bass clef staff with a *ped.* marking. The fourth system features a treble clef staff with a *ped.* marking and a bass clef staff with a *ped.* marking. The fifth system has a treble clef staff with a *sf* dynamic and a bass clef staff with a *ff* dynamic. The sixth system features a treble clef staff with a *sf* dynamic and a bass clef staff with a *sf* dynamic. The score includes various musical notations such as triplets, chords, and articulation marks.

Список музыкально-ритмических композиций

1-й уровень сложности

1. Веселые путешественники	43	8. Белочка.....	50
2. Рыбачок	44	9. Едем к бабушке в деревню	51
3. Чебурашка	45	10. Лошадки	52
4. Плюшевый медвежонок	46	11. Поросята	53
5. Куклы-неваляшки.....	47	12. Игра “Птички и Ворона”	54
6. Разноцветная игра	48	13. Маленький танец	54
7. Кузнечик	49	14. Белые кораблики	55

2-й уровень сложности

15. Марш	57	26. Танец Кукол и Мишки	71
16. Цыплята	58	27. Полька	72
17. Чунга-чанга.....	59	28. Танцуйте сидя	74
18. Красная Шапочка	60	29. Кошка и Девочка	76
19. Игра “Козочки и Волк”	62	30. Веселая пастушка	77
20. Кот Леопольд	63	31. Все мы делим пополам.....	78
21. Три поросенка	64	32. Танец—игра “Найди себе пару”	79
22. Антошка	66	33. Волшебный цветок	79
23. Вместе весело шагать.....	67	34. Упражнение с цветами	81
24. Мячик.....	68	35. Песенка о лете	82
25. Кукляндия	69		

3-й уровень сложности

36. Упражнение с осенними листьями ..	83	55. Танец Месяца и Звездочек	110
37. Танец с осенними листьями и зонтиками	84	56. Танец Снежинок и Вьюги	112
38. Танец с зонтиками	85	57. Танец Троллей	114
39. Осенний парк	87	58. Аквариум	116
40. Кукла	89	59. Танец тройками	118
41. Птичка польку танцевала.....	90	60. Дети и природа	119
42. Игра с мячом	92	61. Танец Богатырей	121
43. Пляска-игра с Крокодилем Геной ..	93	62. Домисолька	123
44. Танец Солдатики и Куколок	94	63. Парный танец.....	126
45. Карнавальное шествие	96	64. Полкис	127
46. Танец Колокольчиков	97	65. Турецкий марш	128
47. Какадурчик	99	66. Сиртаки	129
48. Полонез	100	67. Кошки-Мышки	130
49. Старинная полька	101	68. Два Барана	132
50. Менуэт.....	102	69. Упражнение с обручами	134
51. Танец Придворных	104	70. Пластический этюд с обручами ...	135
52. Танец Мотыльков	106	71. Озорники	137
53. Танец Цветов и Бабочек	107	72. Маляры	138
54. Лирический танец.....	109	73. Птичий двор	139
		74. Аэробика	141

75. Воздушная кукуруза.....	143	88. Утро	165
76. Кавалеристы	145	89. Пластический этюд	167
77. Свежий ветер	146	90. Пластический этюд	169
78. Танец моряков	148	91. Танцкласс	171
79. Красный сарафан	150	92. Мельница	173
80. Светит месяц	152	93. Пляска Солдат с метлами	175
81. Калинка	154	94. Танец Снеговиков	175
82. Цыганские напевы	155	95. Танец Стрелок часов	176
83. Пластический этюд	156	96. Танец Воробьев	177
84. Под музыку Вивальди	158	97. Танец Елочек и Снежинок	178
85. Голубая вода	160	98. Танец Мышек	180
86. Жаворонок	161	99. Танец с осенними ветками	181
87. Цирковые лошадки	163	100. Цыганочка	182

Список нот к танцам и сказке "Муха-Цокотуха"

1. Танец Солдат с метлами (А. Петров. Песенка Солдата из к/ф "Старая, старая сказка")	199
2. Танец Снеговиков (К. Вебер. Хор охотников из оперы "Вольный стрелок")	201
3. Танец Стрелок часов (Р. Планкет. Танец из оперы "Корневильские колокола")	203
4. Танец Воробьев (Ф. Госсек. Гавот)	204
5. Танец Елочек и Снежинок (П. Чайковский. "Святки")	205
6. Танец Мышек (Д. Шостакович. Вальс-шутка)	208
7. Танец с осенними ветками (Старинный вальс "Осенний сон")	211
8. Танец Мухи (В. Гаврилин. Каприччио)	214
9. Выход Бабочек (итальянская народная песня "Санта Лючия")	215
10. Сражение Комара с Пауком (Ж. Бизе. Куплеты Тореадора)	216
11. Свадебный марш (Ф. Мендельсон)	217

Литература

1. Балет: Энцикл. — М.: Сов. энциклопедия, 1981.
2. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности — М., 1966.
3. Бехтерев В.М. Основы учения о функциях мозга. — СПб., 1905. — Т.5,7.
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. — М.: Просвещение, 1967.
5. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. — М.: Просвещение, 1985.
6. Вест Клер. Источник Энергии. — М.: ТОО "ТП", 1998.
7. Выготский Л.С. Психология искусства — М., 1986.
8. Гальперин П.Я. К вопросу о роли установки в мышлении // *Intentio*. — 1994. — Вып. 2 — С. 4-25.
9. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб — 1922.
10. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 1960.
11. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей // *Вопросы психологии*. — 1961. — №1 — С.119-132.
12. Кречмер Ф. Строение тела и характер. — М., 1995.
13. Кручинин В.А. Ритмика в специальной школе: Метод. рекомендации. — Педагогическое общество РСФСР, Горьковское отделение, 1990.
14. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 1985.
15. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 1999.
16. Лоуэн А. Биоэнергетика. — СПб.: Ювента, 1998.
17. Никитин В.Н. Психология телесного сознания. — М.: Алетейа, 1998.
18. Розенбаум Д.А. Когнитивная психология и управление движением: сходство между вербальным и моторным воспроизведением // *Управление движениями*. — М., 1990.
19. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. — М.: Просвещение, 1989.
20. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — М., 1946.
21. Руднева С.Д., Пасынкова А.В. Опыт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения // *Психологический журнал*. — 1982. — Т.3. — №3. — С.84-92.
22. Сеченов И.М. Избранные философские и психологические произведения. — М., 1947.
23. Теплов Б.М. Избранные труды. Т.1: Психология музыкальных способностей. — М., 1985.
24. Фарфель В.С. Развитие движений у детей школьного возраста. — М., 1959.
25. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. — М., 1994.
26. Шевченко Ю.С. Музыкалотерапия детей и подростков // *Психокоррекция: теория и практика*. — М., 1995.

Анна Иосифовна Буренина

Ритмическая мозаика

Пособие по ритмической пластике для детей дошкольного
и младшего школьного возраста

Редактор *Е. В. Романова*

Оригинал-макет *Д. Н. Дойников, А. Д. Ефимов*

Художник *И. Кузьминская*

Тираж 500 экз.

Лицензия № 020123 от 23.12.1996 г.

Ленинградский областной институт развития образования
195220, С.–Петербург, Чкаловский пр., 25–а

Отпечатано в тип. НИИ "Гириконд",
лиц. ПЛД № 69-124 от 06.03.95 г.,
зак. № 6 от 29.02.2000 г.

Об авторе



Анна Иосифовна Буренина, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики детства и современных образовательных технологий Ленинградского государственного областного университета и кафедры теории и практики дошкольного и начального школьного образования Ленинградского областного института развития образования.

А.И. Буренина имеет 20-ти летний опыт работы музыкальным руководителем в детских садах и специализированном детском доме. Результатом ее творческого поиска явилась разработка оригинальной методики музыкально-ритмического воспитания детей, а также создание разнообразного репертуара (более 100 пластических миниатюр), который лег в основу программы “Ритмическая мозаика”.

Центральная идея предлагаемой технологии – овладение собственным телом как выразительным инструментом, развитие способности “видеть” музыку, передавать ее характер, образ, тончайшие нюансы в движении.

С 1991 года Буренина А.И. проводит курсы повышения квалификации и проблемные семинары по данной программе для педагогов дошкольных учреждений (музыкальных руководителей, хореографов, инструкторов по физическому воспитанию, учителей начальных классов и др.) при ЛОИРО и ведет спецкурс по ритмике для студентов факультета психологии и педагогики в ЛГОУ.

В настоящее время программа “Ритмическая мозаика” успешно апробируется и внедряется в образовательных учреждениях Ленинградской области, Санкт-Петербурга, Москвы, Перми, Иркутска, Краснодарского края, Ханты-Мансийского округа и других регионов России.

Заказ программы наложенным платежом (с аудио- и видеокассетами), а также запись на проведение семинаров по программе:

- 198354, Санкт-Петербург, а/я 65;
- 196137, Санкт-Петербург, Чкаловский проспект, 25-а, ЛОИРО, тел. (812) 235-16-32, 235-04-31, 598-73-00, e-mail: mozaika@solaris.ru ;
- 103473, Москва, 2-й Волконский переулок, дом 8. тел. (095) 281-93-56, центр “Детство”;
- 113556, Москва, а/я 22.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730052

Владелец Пустовит Елена Александровна

Действителен с 14.06.2024 по 14.06.2025