

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 86 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара

**ПРИНЯТО**

На педагогическом совете

Протокол № 1

От «29» августа 2019 г.



**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МАДОУ № 86

Е.И.Шуплецова

«3» сентября 2019 г.

**Дополнительная образовательная программа  
по музыкально- ритмической деятельности  
«Ласточки»**

Возраст учащихся 6 - 7 лет  
Срок реализации программы 1 год

Составитель:  
Воспитатель -  
Косолапова Наталия Михайловна.

## 1. Пояснительная записка

**Направленность** педагогической работы дополнительного образования по музыкально ритмической деятельности - художественно – эстетическое развитие дошкольников средствами хореографической деятельности. Хореография – это искусство синтетическое, оно позволяет решать задачи физического, музыкального – ритмического, эстетического и. в целом, психического развития детей. Овладев способами деятельности, ребенок чувствует себя свободным, независимым, раскрепощенным.

Актуальной стала проблема самовыражения дошкольника, выделение личности из окружающего социума, мы видим решение в танцевальном искусстве, что и позволило обратиться к хореографической деятельности не только как к самостоятельному разделу художественного воспитания детей, но и как к мощному синтетическому средству способствующему самовыражению, развития творческих способностей дошкольника.

Умственное и физическое развитие тесно связано между собой. Без активных движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Органическое соединение движений, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь помогают маленькой личности раскрепоститься. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризует целостную, гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом зависит от эстетического воспитания

Детский организм, его психика подготавливается к публичным выступлениям перед зрителями, что способствует раскрепощению, развитию эмоциональной сферы и личности в целом. Занятия музыкально ритмической деятельностью строятся с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы. Для успешной реализации программа предполагает: беседы о музыке, танце различного содержания, слушание музыки танцевального характера, экскурсии, посещение концертов, просмотр видеозаписей детских праздников и концертов.

**Цель программы:** обучение детей танцевальным движениям, развитие танцевальных и музыкальных способностей, воспитание нравственности и любви к Родине.

### **Основные задачи:**

1. Продолжать формировать у детей специфических знания, умения и навыки, таких как: выработка правильной, красивой осанки; развитие мышечного чувства; умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.
2. Научить основным танцевальным движениям;
3. Продолжать знакомить с разнообразными видами хореографического искусства.
4. Способствовать совершенствованию основных психомоторных качеств

- (переключаемости движений и двигательной памяти);
5. Развивать основы музыкальной культуры, танцевальности, артистизма, эмоциональной сферы, координации хореографических движений;
  6. Развивать пространственные представления и координацию движений;
  7. Развивать творческие способности;
  8. Формировать и совершенствовать коммуникативные межличностные отношения (педагог – воспитанник, партнер – партнерша, участник – коллектив), воспитывать бережное отношение друг к другу;
  9. Содействовать самостоятельности в выполнении танцевальных композиций, воспитывать ответственное отношение к выполнению задания, стремление доводить начатое до конца;
  10. Воспитывать в детях силу воли, трудолюбия и дисциплины.

### **Задачи по реализации национально - регионального компонента:**

1. Познакомить детей с различными видами танцевальных движений коми народа;
2. Воспитывать чувство любви к родному краю, стране средствами хореографической пластики;
3. Познакомить детей с музыкальным творчеством Республики Коми.

**Отличительной особенностью программы** являются доступность в восприятии детьми всех разделов программы, за счет элементарности построения занятия. Комплексный подход в обучении, его многожанровый характер, разнообразные виды ритмики, партерная гимнастика, национальная хореография, свободная пластика, пантомима, игры - импровизация - всё это обеспечивает многовекторный, гармонический, комплексный характер обучения.

Акцент в хореографической работе с детьми делается на освоении родной русской танцевальной культуры, национальных фольклорных традиций — фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков, оптимистических и жизнерадостных по своему образно-художественному строю. Всё это совпадает с мироощущением ребёнка, делает творческий процесс успешным, интересным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию. Стержневая специализация программы, её основная художественно-эстетическая направленность - детский танец с элементами свободной (тематической) пластики.

### **Ожидаемые результаты:**

К концу года ребенок должен:

- ✓ Знать требования личной гигиены, техники безопасности на занятиях хореографией;
- ✓ Ритмично двигается в различных музыкальных темпах, начинает движение после музыкального вступления;

- ✓ Уметь выполнять движения в соответствии с музыкой, может передавать характер музыкального произведения в движениях (веселая, грустная, лирическая и т. д.);
- ✓ Хорошо ориентироваться в зале при исполнении танцев и проведении музыкальных подвижных игр;
- ✓ Владеть основными упражнениями и танцевальными движениями, уметь различать жанры музыкальных произведений (марш, полька, вальс);
- ✓ Самостоятельно уметь исполнять танцы, пляски и комплексы танцевально-ритмических упражнений под музыку, действовать, не подражая друг другу;
- ✓ Освоить расширенный и координационный усложнённый комплекс движений и упражнений партерной гимнастики; максимально развивать свои физические и специальные данные (подъём стопы, выворотность, шаг, гибкость спины, эластичность мышц и связок, силу и высоту прыжка, мышечный "корсет" ...);
- ✓ Пластически выразительно и эмоционально исполнять хореографические этюды и танцы на основе выученных ранее программных движений народной хореографии (шаги, ходы, беги, переступания, подскоки, прыжки, присядки, хлопучки, повороты и т.д., а также простейшие виды хореографической техники);
- ✓ Уметь держать интервалы, дистанцию в парно-массовых номерах, максимально использовать пространство при выполнении хореографических па;
- ✓ Самостоятельно выстраивать комбинации, фрагменты, этюды на основе ранее полученных хореографических знаний, навыков, умений;
- ✓ Иметь развитую волю, чувство коллективного «сотворчества», уметь трудиться, быть коммуникабельным;
- ✓ Иметь широкий кругозор, общую культуру, интеллектуально-эстетическое развитие;
- ✓ Иметь представление о Коми культуре, об окружающем мире, природе Республики Коми;
- ✓ Исполнять танцы и игры Коми народа и других народностей;
- ✓ Раскрепощенно, свободно и эмоционально вести себя на публичных выступлениях, на сценических площадках.

**Диагностика** уровня музыкального и хореографического развития, проводится на основе методики А.И. Бурениной, 3 раза в год – в сентябре (вводная), промежуточная (январь) и в мае (итоговая) следующими методами:

- Наблюдение за детьми в процессе выполнения упражнений;
- сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков детей за период обучения.

Занятия проводятся во вторую половину дня. Структура занятия общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Все дети группы, мальчики и девочки, занимаются вместе, одновременно, благодаря чему, повышается плотность занятия и физиологическая нагрузка. Дети приходят на занятия в специальной форме и обуви, что дисциплинирует их. Для девочек это – гимнастический купальник и короткая юбочка, для мальчиков – черные шорты и белая футболка, на ногах у всех – мягкие чешки.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар. Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

Итоговыми мероприятиями являются публичные выступления детей: концерты, показ номеров на утренниках, развлечениях и других мероприятиях. По окончании учебного года проводится открытое занятие для родителей, либо отчет в концертной форме на котором отмечаются самые активные студийцы.

### **Учебно-тематический план.**

#### **Третий год обучения.**

#### **Подготовительная к школе группа (6-7 лет).**

Месяц	Перечень разделов, тем	Содержание	Кол-во часов
1-2 неделя сентября	Вводное занятие. Русский народный танец.	Ознакомление с учебным планом на год, расписанием занятий. Закрепление видов танцев (презентация на тему: «Виды танцев»). Разминка в народном стиле на середине. Положения рук и ног в русском народном танце по одному и в паре. Танец «Топится в огороде баня». Русская народная игра («Плетень»).	2
3-4 неделя сентября	Русский народный танец.	Закрепление танцевальных шагов в русском народном танце. Разминка в народном стиле на середине. Обучение движению «елочка» и «гармошка» с приседанием. Отработка движений русского народного танца «Топится в огороде баня». Русская народная игра «Плетень».	4
1-2 неделя октября	Русский народный танец.	Закрепление танцевальных шагов. Разминка («Светит месяц»). Постановка рук: «открытые» и «закрытые» руки. Ковырялочка в разных направлениях с подскоком. Движения «Самоварчик», «Распошонка». Отработка движений танца «Топится в огороде баня». Русская народная игра «Гори, гори ясно».	4
3-4 неделя октября	Русский народный танец.	Карточки перестроения, закрепление русских народных шагов в паре. Разминка («Светит месяц»). Работа над качеством движений танцев на праздник осени. Игра на творчество «Сова». Подготовка и проведение праздника осени.	4
1-2 неделя ноября	Коми народный танец.	Топающий, шаг с притопом. Разминка («Ворса олом»). Основные отличия коми танца от русского. Положение рук и ног в коми народном танце. Перестроения «Город», «Шен», «Шонді». Упражнение с хореем. Танец «Гажа инструментъяс». Коми народная игра «Чум».	4
3-4 неделя ноября	Коми народный танец	Бег с высоким подниманием колена. Карточки перестроений (звездочки). Разминка «Ворса олом». Движение «хромушка». Перестроение «Шонді» Работа над качеством танца «Гажа инструментъяс». Коми народная игра «Прячь глаза».	4
1-2 неделя	Фино-угорский	Пружинистый шаг. Экзерсис в	4

декабря	танец.	народном характере на середине. Танцевальные движения: «Голубцы», скользящие шаги, «ключ». Разучивание танца «Венгерский танец». Игра «Девочки, девочки»	
3-4 неделя декабря	Народный танец.	Закрепление танцев разных народностей. Отработка танцев «Гажа инструментъяс», «Венгерский танец». Подготовка и проведение праздника Новый год.	2
1-2 неделя января	Классический танец.	Выстроить схему движения по карточкам перестроения. Классический экзерсис (Моцарт «Соната №45»). Упражнения для развития тела (гибкости, эластичности мышц). Положения рук и ног в классическом танце. Разучивание движений и танца «Полонез». Повторение танцевальных композиций на празднике Прощание с елочкой. Игра «Кто скорее ударит в бубен»	2
3-4 неделя января	Классический танец	Смена танцевальных шагов по карточкам перестроения. Классический экзерсис . Упражнение на развитие танцевальных движений (шаг полонеза, позы, «фонтан», «коридор», траверсе). Отработка движений танца «Полонез» Андреева. Игра на развитие танцевального творчества.	4
1-2 неделя февраля	Детский бальный танец («Вальс»)	Танцевальные шаги. Разминка «Весна-красна». Работа над движениями вальсовая дорожка, «Окошки», кружение. Разучивание танца «Весенний вальс». Игра на развитие ловкости и музыкальности «Узнай по голосу».	4
3-4 неделя февраля	Детский бальный танец («Полька»).	Перестроения по схемам. Разминка «Весна – красна». Шаг польки, подскоки, в паре. Танец «На лесной полянке». Подготовка и проведение праздника День Защитника Отечества.	4
1-2 неделя марта	Детский бальный танец.	Тройной шаг, боковой галоп. Разминка «Бременские музыканты». Круговой галоп. Закрепление танца «На лесной полянке». Подготовка и проведение Международного женского дня.	4
3-4 неделя марта	Современный детский танец.	Танцевальные шаги. Разминка «Танцуйте сидя». Упражнение с хлопками, «рычажок», прыжки. Парный танец «Барбарики». Игра на закрепление подскоков (« Найди себе пару»)	4

1-2 неделя апреля	Современный детский танец.	Работа по карточкам перестроения. разминка «Закаляйся». Постановка рук. Закрепление и отработка парного танца «Маленькая страна». Игра на развитие танцевальных творческих способностей «Музыкальная шляпа».	4
3-4 неделя апреля	Современный детский танец.	Отработка танцевальных шагов и закрепление перестроений. Разминка «С облачка на облачко». Упражнение на закрепление бокового галопа, сочетание притопов и хлопков. Шаги с хлопками. Танец с хлопками «А ручки хлоп». Игра «Музыкальная шляпа».	4
1-2 неделя мая	Бальный танец «Танго»	Закрепление танцевальных шагов. Разминка «Золотая рыбка». Знакомство с движениями танго, положения рук в паре. Танец «Танго». Игра-танец «Чучело».	2
3-4 неделя мая	Бальный танец	Перестроение по карточкам. Разминка «Золотая рыбка». Закрепление пройденного. Танец «Танго», «Маленькая страна», «А ручки хлоп». Игра «Такие разные танцы».	4

### Методическое обеспечение программы:

#### Русский народный танец:

Педагогическая литература	Методические пособия	Информационные ресурсы
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бекина С.И. и др. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5-6, 6-7 лет)</li> <li>• Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике)</li> <li>• Зимина А.Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду.</li> <li>• Раевская Е. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду.</li> <li>• Суворова Т.И. Танцевальная ритмика. 1-5 выпуски.</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Схемы перестроений</li> <li>• Русские народные костюмы</li> <li>• Народные танцы (фотографии)</li> <li>• Положения рук и ног в русском народном танце.</li> </ul> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Платочки</li> <li>• Ложки</li> <li>• Шарфики</li> <li>• цветы</li> </ul>	<p><u>Презентация на тему:</u> «Русский народный танец».</p> <p><u>CDдиски:</u> - Танцевальная ритмика. Выпуски 1-5 - Светит месяц. - Н.Кадышева и др.</p> <p><u>DVD диски:</u> - «Русские народные танцы в исполнении детей детского сада №86» - Ансамбль русского танца «Березка»</p>

#### Коми народный танец.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Власова В.А. Танцуют дети</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Коми народные</li> </ul>	Презентация на тему: «Коми народные танцы»
---	--	--



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Коми челядьдыл важъя ворсомъяс/ (сост.Ю.Г.Рочев)</li> <li>• Скляр И.Г., Чисталев П.И. Коми народные танцы.</li> <li>• Учимся петь и танцевать по финно- угорски /сост.: Н.Н.Морозова, И.Н.Леонова.</li> </ul>	<p>костюмы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Фотографии коми национального ансамбля песни и танца «Асья кыя»</li> <li>• Положение рук и ног в коми народном танце.</li> </ul> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Куклы девочка и мальчик в коми народных костюмах</li> <li>• Чум</li> <li>• Хорей</li> <li>• Коми народные музыкальные инструменты: тутш- тотш, ворсан, гребешок, тошкотчан, шур-шар и др.</li> </ul>	<p><u>CDдиски:</u> «Зарни Ань», «Зарни ель», «Музыка финно-угорских народов для детей»</p> <p><u>DVD диски:</u> «Финно-угорские танцы для детей», «Коми танцы в исполнении воспитанников детского сада №86»</p>
--	--	---

#### Танцы народов мира.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Каява Е.Е., Кондрашова Л.Н., Руднева С.Д. Музыкальные игры и пляски в детском саду.</li> <li>• Учимся петь и танцевать по финно- угорски./Сост. Н.Н.Морозова, И.Н.Леонова.</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Украинские костюмы, положения рук и ног в танце.</li> <li>• Венгерские костюмы положения рук и ног в танце.</li> </ul> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Красный платок</li> <li>• Венки из цветов на голову</li> </ul>	<p><u>CDдиски:</u> -Танцы народов мира -учимся танцевать по финно-угорски (+DVD)</p>
--	--	--

#### Современный детский танец.

#### Классический танец.

#### Детский бальный танец.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Барышникова Т. Азбука хореографии</li> <li>• Бекина С.И. и др. Музыка и движение.</li> <li>• Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей.</li> <li>• Зарецкая Н.В.,Роот З.Я. танцы в детском саду.</li> </ul>	<p><u>Иллюстрации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Балет</li> <li>• Дал Николая II</li> <li>• Положения рук и ног в классическом танце</li> <li>• Венский бал</li> </ul> <p><u>Атрибуты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бубен</li> <li>• Погремушки</li> <li>• Цветы</li> <li>• Шарфы</li> <li>• Мячи</li> </ul>	<p><u>CDдиски:</u> Современные песни для детей. Классическая музыка</p> <p><u>DVD диски:</u> Танцы воспитанников детского сада №86</p>
---	---	--

	• Обручи и т.д.	
--	-----------------	--

### Список используемой литературы.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Практическое пособие / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 2001 г.;
2. Бекина С.И. Музыка и движение. (Упражнение, игры и пляски для детей 5-6 лет и 6-7 лет). Из опыта работы муз.руководителей детских садов.-М.: Просвещение, 1983.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика:(Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего возраста).-2-е изд., испр. и доп.-СПб.: ЛОИРО, 2000.-220с.;
4. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учебное пособие.-СПб.: Издательство «Музыкальная политра», 2004.
5. Борзов А.А. Народно-сценический танец. (Методические рекомендации и примерная программа для детских хореографических коллективов).-Сыктывкар, 1987.
6. Власова В.И. Танцуют дети: (Сборник с методическими рекомендациями для воспитателей и музыкальных работников детских садов).-Сыктывкар, 1992.
5. Зарецкая Н. В. «Танцы для детей старшего дошкольного возраста». Пособие для практических работников ДОУ – М.: Айрис – пресс, 2005 г.;
6. Калинина О.Н. «Прекрасный мир танца» /г. Харьков 2012 г.;
7. Колодницкий Г. А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей», практическое пособие – М.: Гном – Пресс, 2001 г.;
8. Коренева Т. Ф. «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста» практическое пособие – М.: Гном – Пресс, 2001 г.;
9. Коми челядьлы важъя ворсомъяс/(Сост. Ю.Г.Рочев).- Сыктывкар: Коми книжное издательство, 1988.
10. Михайлова М. А., Воронина Н. В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» / Ярославль «Академия Холдинг» 2000 г.
11. Роот З. Я. «Танцевальный калейдоскоп практическое пособие» – М.: Аркти, 2004 г.;
12. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика практическое пособие» – М.: Линка – пресс, 2006 г.;
13. Скляр И.Г., Чисталев П.И. Коми народные танцы. Сыктывкар, 1990.
14. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Уч. пос.Выпуски 1-5. СПб.: «Музыкальная палитра». 2005.
15. Учимся петь и танцевать по финно-угорски: сборник песен и танцев финно-угорских с аудио- и видеоматериалами/ сост. Н.Н.Морозова, И.Н.Леонова. Сыктывкар, 2008.
16. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са – фи – дансе» танцевально – игровая ритмика для детей/ Детство – пресс, Санкт - Петербург, 2007г.
17. Холл Д. «Учимся танцевать. Веселые уроки танцев для дошколят». Практическое пособие – М.: АСТ: Астрель, 2009г.;
18. Чиркова Г. И. «Ритмика и хореография в детском саду». Учебно-методическое пособие – г. Белово, 2001 г.;

19. Шершнеv В.Г. «От ритмики к танцу», издательский дом «один из лучших», Москва 2008 г.
20. Фольклор-музыка-театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-метод. пособие / Под ред. С.И.Мерзляковой. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.