

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Ягульская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТА

Протоколом педагогического совета

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по дошкольному  
образованию

\_\_\_\_\_ К.В. Лекомцева

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СОГЛАСОВАНА

Воспитатель (с функционалом старшего  
воспитателя)

\_\_\_\_\_ С.Н. Свиргун

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБОУ «Ягульская СОШ»

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

Директор школы

\_\_\_\_\_ И.С. Ларионова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**Художественно-Эстетической Направленности**  
**Занятия хореографией ( народные танцы)**  
**«ВЕСЁЛЫЙ ХОРОВОД»**

**структурное подразделение**  
**Русско-Вожойский детский сад**

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Холмогорова Ольга Владимировна

с.Ягул

2023/ 2024 учебный год

## **Пояснительная записка**

В основу программы дополнительного образования по хореографии (народный танец) положена и разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

### **Направленность программы – оздоровительно-развивающая**

Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно. Обучение детей по данной рабочей программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

### **Актуальность программы:**

Хореография (народный танец) как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в танце, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного

движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

### **Цель программы:**

Целостное развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

### **Задачи реализации программы:**

- воспитание интереса к музыке;
- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству;
  - умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом;
- воспитание у детей интереса к хороводному танцу путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе;

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

### **Принципы:**

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

### **Методические приемы:**

*Игровой метод.* Основным методом обучения танцу детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

*Наглядный метод* – выразительный показ под счет, с музыкой.

*Метод аналогий.* В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

*Словесный метод.* Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

*Практический метод* заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

### **Педагогическая целесообразность программы:**

Отличительной особенностью программы является комплексность отхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

### **Адресат программы:**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться для детей 4-7 лет.

### **Сроки реализации программы:**

Программа предназначена для обучения детей 4–7 лет и рассчитана на 1 учебный год. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического и русского танцев. Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

### **Продолжительность занятий:**

Занятия проводятся: два раза в неделю. Длительность занятий Дети в возрасте 4-5 лет 25 минут, 6-7 лет 30 минут.

**Режим занятий:** 1 год – 2 раза в неделю по 25 минут 4-5 лет, 30 минут 6-7 лет.

### **Форма занятий:**

- индивидуальная
- работа по подгруппам
- групповая

Работа педагога с воспитанниками осуществляется на основе словесных, наглядных и практических методов.

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **1 Укрепление здоровья детей и их физическое развитие:**

- 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, 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.

### **2 Социально-коммуникативное развитие 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.

### **3 Художественно-эстетическое развитие:**

- 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 выражать 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 мало-контрастными 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 выражать это в соответствующих движениях;
- 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.

#### **4 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 т.д.

#### **5 Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно • выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.)

### **Формы подведение итогов**

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является:

- Показ танцевального материала Открытое занятие
- Показ танцев на утреннике.
- организация показательных выступлений для родителей ;
- вручение грамот и дипломов детям;
- участие в конкурсах

### **Учебный план**

<b>Виды деятельности</b>	<b>Кол-во часов</b>
введение в мир эстрадного искусства: - занятие-знакомство - занятие-творчество	<b>4</b>
азбука музыкально-ритмических движений	<b>16</b>

Танцевальная разминка	7
Элементы народного танца	11
система корригирующих движений	2
творческая импровизация и танцевальные игры	4
постановочная и репетиционная работа	20
<b>Всего:</b>	<b>64</b>

### Содержание программы обучения детей:

Виды деятельности

#### **Введение в мир эстрадного искусства:**

Различать основные направления хореографического искусства.

**Азбука музыкально – ритмических движений.** Мелодия и движение.

Темп. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая – грустная.

Соотношение пространственных перестроений с музыкальным материалом.

Выделение сильной доли. Определение характера музыки словами и передача характера в движении. Музыкальные размеры 4/4, 2/2. Правила и логика перестроений, логика поворотов. Соотношение сильной и слабой доли, с правой и левой ногой. Методика исполнения основных танцевальных элементов.

**Практика:** Практические занятия заключаются в музыкально-пространственных упражнениях. Танцевальные шаги со сменой музыкального темпа. Умение различать и двигаться под музыку в музыкальном темпе. Ходьба, марш в темпе и ритме музыки, шаг на месте вокруг себя. Умение начинать движение с началом и окончанием музыки. Фигурная маршировка с перестроениями из одного в два и обратно; из колонки в линию. Правая нога – сильная доля, левая нога – слабая доля. Выразительное исполнение основных танцевальных элементов. Начало и окончание движений вместе с музыкой, различие музыкальных частей. Соотношения пространственных перестроений с музыкой. Музыкальность и грамотность исполнения. Упражнения исполняются детьми индивидуально. Пространственные музыкальные упражнения. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Контрольный показ. Музыкальные игры. Дидактическая игра.

**Танцевальная разминка.** Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка Ознакомление с искусством хореографии Специфика танцевального шага, бега Позиции положения рук и ног Понятие твердо - мягко Мышечная и эмоциональная память Понятие «мышечного напряжения» Сила движения, точность направления Знание правил исполнения каждого отдельного



движения и упражнения. Красиво, грамотно «строить» свое тело Практика: комплекс упражнений лежа на полу Выработка осанки, опоры Постановка рук в позиции. Умение напрягать и расслаблять мышцы. Упражнения для укрепления всех групп мышц. Позиции ног. Подъем на полупальцы по 6 и 1 позициям. Выполнение упражнений в комбинациях. Позиции ног: 6, 3, 1 Танцевальный шаг, бег. Маленькие прыжки. Выполнение упражнений с чередованием комбинаций.

**Элементы народного танца.** Понятие народного танца. Отличительные черты характера исполнения в различных танцевальных жанрах. Виды танцев. Тематика танцев. История возникновения данных танцевальных жанров. Понятие «Стиль». Многообразие жанров танцевального. Понятие «Стилизация».

Виды, направления, особенности современного танца.

Правила и техника исполнения движений народного танца. Комплекс разминки. Проучивание и исполнение движений народного танца. Передача характера исполнение танца. Стилизация народных движений. Характер исполнения танцевальных движений. Повторение хореографических номеров.

**Постановочная и репетиционная работа.** Знакомство с сюжетом танца, Рассказ и показ танцевальных комбинаций.

Порядок танцевальных комбинаций, положения рук в паре. Техника выполнения, порядок движений.

Порядок танцевальных комбинаций, четкое перестроение.

Правила перестроений, манера исполнения.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций; положение рук в паре, работа над рисунком танца. Общение в паре, равнение в линию, в колонку, красиво перестраиваться. Натяжение стопы, динамичное исполнение, осанка при выполнении танцевальных шагов. Разучивание танцевальных комбинаций, построение рисунков танца.

Отрабатывание техники исполнения движений, танцевальных комбинаций.

Выразительность и грамотность исполнения. Проведение соревнования кто лучше выполнит зачет по комбинациям. Показ танцевальных комбинаций индивидуально и в паре. Открытое занятие, показ родителям.

## **Методическое обеспечение**

Буренина А.И. Ритмическая мозаика

Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста

Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей.

Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений

Танцы в детском саду. Н.Зарецкая, З.Роот.

Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С.

Комаровой. - М, 2005

«Ганцевальная ритмика для детей» Т. Суворова

Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду. —М,:Мозаика-Синтез, 2017

### Материально-техническое обеспечение программы:

1. Музыкальный зал
2. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
3. СД- диски, флешки, видеодиски.
4. Аппаратура для озвучивания занятий: портативная колонка, музыкальный центр
5. Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.
6. Ткань для шитья костюмов.

### Ожидаемые результаты

Знать специальную терминологию.

Уметь согласовывать движения с музыкой. Применять навыки, которые способствуют эмоциональному, выразительному, непосредственному исполнению движений под музыку.

Развить специальные навыки (выворотность, гибкость, шаг, прыжок, координация движений, устойчивость). Уметь передавать характер исполняемого движения. Знать музыкальные размеры, правила и логику фигурных перестроений из одного рисунка в другой. Использовать и совмещать теоретические знания с практической деятельностью. Четко и выразительно исполнять движения. Закрепить полученные знания и умения по основным учебным темам.

### Учебно-тематический план 4-5 лет

Месяц	Тема недели	Название хоровода	Количество часов	Дата фольклорного календаря
Октябрь	Овощи	Огородный хоровод «Бай качи, качи, качи»	4	16 октября
	«Продукты питания»		4	всемирный день хлеба
Ноябрь	«Мой город, страна» - символ России - Дед Мороз	«В хороводе были мы, Дед Мороза видели»	4	18 ноября день рождения Деда Мороза
	«Семья, день матери	«К нам гости пришли»	4	
Декабрь	«Зимушка зима» «Обувь»	«Ой, ты, зимушка зима»	4	24 декабря день вареников

		«Лапоть»	4	
Январь	«Зимние развлечения «Головные уборы»	«Баба Яга»  «По дороге Ваня шёл, Ваня шапочку нашёл»	4 4	18 января день снеговика
Февраль	«Птицы» культура и традиции»	«Ворон» «Зима уходит, масленица приходит»	4 4	«Народная «Масленица»
Март	«Весна, мамин праздник» «Моё настроение»	«Солнышко, ярче грей!» «Это что за народ, задом наперёд идёт»	4 4	8 марта международный женский день
Апрель	«Домашние животные» «День космонавтики»	«Шёл козел по лесу»  «Лунатики»	4 4	6 апреля - день русской сказки
Май	«Книги и библиотеки «Полевые и садовые цветы»	«Золотые ворота»  «Замечательный букет»	4 4	19 мая - день русской печи

### Учебно-тематический план 6-7 лет

Месяц	Тема недели	Название хоровода	Количество часов	Дата фольклорного календаря
Октябрь	«Осень» «Продукты питания»	«Овёс» «Пирог»	4 4	16 октября всемирный день хлеба
Ноябрь	«Мой город, страна» - символ России - Дед Мороз «Семья»	«Прялица»  «Царевич королевич»	4 4	18 ноября день рождения Деда Мороза
Декабрь	«Зима»  «Обувь»	«Вдоль по улице метелица метёт» «Сапожник и дети»	4 4	24 декабря день варежки
Январь	«Зимние развлечения «Что из чего»	«Как на тоненький ледок» «Лепи мы снеговика»	4 4	18 января день снеговика
Февраль	«Обувь», «Моя семья» «Народная культура и традиции»	«Во деревне то было в Ольховке» «Чурилки»	4 4	«Народная «Масленица»
Март	«Весна»  «Народная культура и традиции»	«Как зима с весной повстречались»  «Грачи летят»	4 4	8 марта международный женский день
Апрель	«Книги и библиотеки «Птицы»	«Баба Яга»  «Лебедушка»	4 4	6 апреля - день русской сказки
Май	«Полевые и садовые	«Со вьюном я хожу»	4	19 мая - день русской

	цветы» «Народная культура и традиции»	«Костромские частушки»	4	печи
--	--	------------------------	---	------

## **Способы отслеживания результатов (по А.Г.Гогоберидзе, В.А.Деркунской)**

### **Направления диагностики:**

Первое направление диагностики-индивидуальные беседы с дошкольниками

*Вопросы:*

1. Скажи, пожалуйста, какие ты знаешь сказки, загадки, считалки, потешки, хороводные игры.

2. А сейчас, давай поиграем. Я буду тебе рассказывать что-нибудь, а ты попробуешь угадать, что это? - загадка, сказка, считалка, хоровод? Педагог приводит ребёнку примеры разных жанров фольклора и просит ребёнка их назвать. Предложите ребёнку пояснить свой ответ.

3. Ты любишь водить хороводы?

4. Ты часто в них играешь? Почему не играешь?

5. Есть ли у тебя любимая хороводная игра?

6. Я хочу поиграть в хороводную игру, но я не умею. Научи меня, пожалуйста, расскажи, что надо делать, чтобы получился хоровод.

7. А ты мог бы сам придумать хороводную игру?

Давай попробуем это сделать.

Анализ ответов детей осуществляется по следующим критериям:

-знание фольклорных жанров;

-знание хороводных игр и ориентация в них;

-знания о хороводных играх;

-умения играть в хороводные игры;

-интерес к хороводным играм, желание играть в них.

**На втором этапе диагностики осуществляется наблюдение за игровой деятельностью детей и в протоколе фиксируются особенности исполнительских игровых умений дошкольников.**

Индивидуальные исполнительские умения

Незнание текста и мелодии игры, отсутствие игрового образа – 0

Передача в движении отдельных игровых действий - 1

Передача в движении значения игрового текста - 2

Создание игрового образа- 3

Зрители: сопереживание, оценочные суждения детей; сочинители: сочинение игровых ходов, структуры игры; исполнители: яркое творческое воплощение образа – 4

0- отсутствие хороводной игры в деятельности ребёнка;

- 1 - низкий уровень развития индивидуальных игровых умений;
- 2 - средний уровень;
- 3 - высокий уровень умений;
- 4 - уровень развития индивидуальных игровых умений

## Список литературы

- Барышникова Т. Албука хореографии - М.: Айрис-пресс, 1999. – 264 с.
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
  - Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
  - Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
  - Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
- Калинина О.Н. Планета танца. – Харьков «Факт», 2016. – 71 с.
- Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
  - Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
  - Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
  - Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.