

Муниципальный орган управления образованием – Управление образованием
Тавдинского муниципального округа

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Центр творческого развития и гуманитарного образования
«Гармония»

Допущена к реализации решением
Педагогического совета МАОУ ДО
ЦТР и ГО «Гармония»
Протокол № 3
от «31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МАОУ ДО
ЦТР и ГО «Гармония»
от 31.08.2026 г. № 402

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«РИТМИКА»**

Возраст учащихся: 4-6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Авдеева Ксения Дмитриевна, педагог
дополнительного образования

г. Тавда, 2026 г.

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

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 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.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

1. Национальный проект «Молодёжь и дети» (Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 2026 г.)
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
11. Письмо Минпросвещения России от 30.12. 2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими

рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».

12. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

13. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 г. № 582-д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях».

14. Устав МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония» г. Тавды.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» соответствует **художественной направленности**, направлена на общее, гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие детей, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможности детей, от ведущих целей их воспитания. Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования.

Актуальность.

Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Именно поэтому в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Программа «Ритмика» ориентирует на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре в раннем возрасте. Обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. У детей формируется чувство ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Отличительные особенности программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» является модифицированной, *составлена на основе программы «Ритмическая мозаика» А. И. Бурениной, г. Санкт-Петербург, 2000г., методических рекомендаций, публикуемых в периодической литературе и интернете и личного опыта.*

Программа ориентирована на работу с детьми дошкольного возраста, независимо от наличия у них специальных физических данных.

Отличительной особенностью данной программы является то, что обучение идет по единой «спиральной» структуре – занятия с увеличивающейся степенью сложности, с переходом от теории к практике, от занятий под руководством педагога до самостоятельного показа танцевальных движений и композиций. Большое количество игровых упражнений придают занятиям увлекательную форму, дают простор для творческой фантазии детей.

В основу дополнительной образовательной программы «Ритмика» положены следующие принципы:

1. Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и в связи с этим – определение посильных для него заданий. Индивидуализация подразумевает учет индивидуальных особенностей ребенка.

2. Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и в выполнении им более трудных новых заданий, в постепенном увлечении объема и интенсивности нагрузок.

3. Принцип систематичности – один из ведущих. Имеется в виду непрерывность и регулярность занятий.

4. Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребенку необходимо представлять, что и как нужно выполнять и почему именно так, а не иначе.

5. Принцип повторяемости материала, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приемы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

6. Принцип наглядности в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребенка с окружающей действительностью.

Все вышеизложенные принципы отражают определенные стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Уровень программы.

Уровень программы: «стартовый», направлен на мотивацию интереса детей раннего возраста к образовательной деятельности, овладение творческо-двигательными навыками характеризующими детей этого возраста.

Адресатами программы являются дети (мальчики, девочки) в возрасте 4 - 6 лет.

Краткие возрастные особенности:

Одна из основных особенностей *детей 4 лет* в том, что они обладают уже сравнительно большим запасом движений, но не заботятся о результатах своих действий. Ребенок способен даже повторить движение за взрослым, проделывать его по своему усмотрению, соблюдать направление движения и

последовательность его элементов. Ребенок уже осознанно следит за показом упражнений, слушает пояснение, но нуждается в образном представлении упражнения. Детям этого возраста свойственно стремление к самостоятельности, к активной творческой роли в занятиях. В то же время внимание еще не устойчиво, они часто отвлекаются и легко переключаются на другую деятельность.

Основная особенность развития ребенка в возрасте *5 лет* - богатая фантазия, творческое воображение. Собственные замыслы оказывают сильное влияние на все виды его деятельности, будь то самостоятельные игры или какие-либо организованные занятия. Внимание ребенка уже более устойчиво, развивается осознанное запоминание и способность различать виды движений и выделять отдельные их элементы. Ребенок уже заинтересован в результате движения, в правильности его выполнения и хотя по-прежнему нуждается в помощи взрослого, но в меньшей степени.

Дети в возрасте *6 лет* легко «загораются» новой идеей и быстро остывают при трудностях. Быстро устают. Движений часто беспорядочны и хаотичны, отсутствие координации движения. Безграничное доверие к взрослым.

Наполняемость группы: 10-12 человек.

Для допуска к занятиям учащиеся должны иметь соответствующую спортивную форму и обувь (девочки – белый купальник, юбка, носочки, балетки, мальчики – белая футболка, черные шорты, носочки, черные балетки).

Объем и срок освоения программы.

Объем программы – 36 часов.

Срок реализации -1 год.

Режим занятий:

- продолжительность одного академического часа – 30 мин.
- общее количество часов в неделю – 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Форма обучения – очная.

Формы реализации образовательной программы:

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- *фронтальная*: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- *групповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- *индивидуальная*: организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Формы проведения занятий: практическое занятие, класс-концерт, праздник, занятие-игра, игра сюжетно-ролевая, занятие-путешествие, открытое занятие, репетиция, концерт.

В целях разнообразия форм работы с детьми предусмотрено участие в мероприятиях досугового характера ЦТР и ГО «Гармония».

Большая роль в программе отведена работе с родителями (собрания, беседы, индивидуальные консультации, совместные мероприятия, открытые уроки).

Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы: участие в праздниках и мероприятиях ЦТР и ГО «Гармония», открытое занятие.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – укрепление физического и психического здоровья детей, посредством танцевальных и ритмических движений.

Обучающие:

- обучить основам работы в коллективе;
- обучить основным танцевальным движениям;
- обучить основам партерной гимнастики.

Развивающие:

- развитие музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развитие музыкальной памяти.

Воспитательные:

- воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание умений работать в коллективе;
- воспитание основ становления эстетически развитой личности;
- воспитание чувство ответственности, трудолюбия.

1.3. Содержание программы.

Учебный (тематический) план 1 года обучения
(стартовый уровень) возраст учащихся 4 года

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	0,2	0,8	беседа
2	Развитие музыкальности	4	0,5	3,5	педагогическое наблюдение в процессе игровой деятельности
3	Развитие двигательных качеств и умений	10	1	9	
4	Развитие умений ориентироваться в пространстве	4	0,5	3,5	
5	Партерная гимнастика	6	0,5	5,5	
6	Репетиционно-постановочная работа	10	1	9	
7	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	открытое занятие

Итого	36	3,9	32,1	
-------	----	-----	------	--

Содержание учебного (тематического) плана 1 год обучения
возраст учащихся 4 года.

Тема 1. Введение

Теория: Правила по техника безопасности, внешний вид.

Практика: Игра "Где, твой домик?". Разучивание поклона.

Тема 2. Развитие музыкальности

Теория: Вступление, характер и настроение музыки.

Практика: Упражнение «Весело-грустно», игра «Лягушки и аисты».

Тема 3. Развитие двигательных качеств и умений

Теория: Динамические оттенки. Темп музыкальных произведений.

Практика: -виды ходьбы, различные виды бега, прыжковые движения, общеразвивающие упражнения, имитационные движения, плясовые движения.

Тема 4. Развитие умений ориентироваться в пространстве

Теория: Знакомство с точками зала.

Практика: игра «Найди свое место», «Ниточка и иголочка».

Перестроение в круг, в пары.

Тема 5. Партерная гимнастика

Теория: Техника безопасности во время выполнения упражнений партерной гимнастики.

Практика: Упражнения на подвижность голеностопного сустава, упражнение на развитие шага, упражнение на развитие гибкости.

Тема 6. Репетиционно-постановочная работа

Теория: Объяснение постановочного материала танца.

Практика: Разучивание танцевальной композиции. Репетиция танцев и выступление на мероприятиях ЦТР и ГО «Гармония»

Тема 7. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов.

Практика: Повторение пройденного материала в форме открытого занятия.

Учебный (тематический) план 1 года обучения
(стартовый уровень) возраст учащихся 5 лет

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	1	0,2	0,8	беседа
2	Развитие музыкальности	4	0,5	3,5	педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение упражнений
3	Развитие двигательных качеств и умений	8	1	7	
4	Развитие умений ориентироваться в пространстве	4	0,5	3,5	
5	Партерная гимнастика	6	0,5	5,5	
6	Репетиционно-постановочная работа	12	1	11	
7	Итоговое занятие	1	0,2	0,8	Открытое занятие

Итого	36	3,9	32,1	
--------------	-----------	------------	-------------	--

Содержание учебного (тематического) плана 1 год обучения
возраст учащихся 5 лет.

Тема 1. Введение

Теория: Правила по техника безопасности, внешний вид.

Практика: Игра "Найди своё место". Разучивание поклона.

Тема 2. Развитие музыкальности

Теория: Темп (быстро, медленно, умеренно).

Практика: Маршировка на месте в темпе и ритме музыки. Танцевальные шаги.

Тема 3. Развитие двигательных качеств и умений

Теория: Основное положение рук, ног.

Практика: Упражнения на различные группы мышц. Имитационные движения.

Плясовые движения.

Тема 4. Развитие умений ориентироваться в пространстве

Теория: Правила перестроения.

Практика: Перестроение из линий в круг, в шеренгу. Продвижение по кругу.

Тема 5. Партерная гимнастика

Теория: Техника выполнения упражнений партерной гимнастики.

Практика: Упражнения для тренировки суставно-мышечного аппарата, выворотности.

Тема 6. Репетиционно-постановочная работа

Теория: Объяснение постановочного материала танца.

Практика: Разучивание танцевальной композиций. Репетиция танцев и отработка танца.

Тема 7. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов.

Практика: Повторение пройденного материала в форме открытого занятия.

Учебный (тематический) план 1 года обучения
(стартовый уровень) возраст учащихся 6 лет

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	1	1	беседа
2	Развитие музыкальности	8	1	7	самостоятельное выполнение упражнений, педагогическое наблюдение
3	Развитие двигательных качеств и умений	12	2	10	
4	Развитие умений ориентироваться в пространстве	16	1	15	
5	Партерная гимнастика	16	1	15	
6	Репетиционно-постановочная работа	16	1	15	
7	Итоговое занятие	2	1	1	Открытое занятие

Итого	72	8	64	
--------------	-----------	----------	-----------	--

Содержание учебного (тематического) плана 1 год обучения
возраст учащихся 6 лет.

Тема 1. Введение

Теория: Правила по техника безопасности, внешний вид.

Практика: Игра "Найди своё место". Разучивание поклона.

Тема 2. Развитие музыкальности

Теория: Музыкальная фраза, связь начала движения с началом музыки

Практика: игра «Кот и мыши».

Тема 3. Развитие двигательных качеств и умений

Теория: Позиции рук, ног. Принцип выполнения упражнений.

Практика: Выполнение упражнений - переход из позиции в позицию, различные виды бега, галоп (по линии, по кругу, в паре, в сочетании с притопом, с хлопком).

Тема 4. Развитие умений ориентироваться в пространстве

Теория: Способы перестроения на основе танцевальных композиций.

Практика: Упражнение «Спираль», «Трансформер».

Тема 5. Партерная гимнастика

Теория: Упражнения на развитие выносливости, силы ног, рук, подвижности корпуса, координации.

Практика: Упражнения «Слон», «Аист», «Ящерица», «Змея», «Носорог».

Тема 6. Репетиционно-постановочная работа

Теория: Объяснение постановочного материала танца.

Практика: Разучивание танцевальной композиции.

Репетиция танцев и выступление на мероприятиях ЦТР и ГО «Гармония».

Тема 7. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов.

Практика: Повторение пройденного материала в форме открытого занятия.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты	
<i>должен знать</i>	<i>должен уметь</i>
- культуру поведения в танцевальном коллективе, внешний вид - основные термины - технику безопасности, правила поведения в зале и на выступлении - принцип выполнения упражнений - ритмические рисунки, элементы партерной гимнастики - музыкальное вступление	- откликаться на динамические оттенки в музыки - выполнять рекомендации педагога - держат правильно осанку - правильно и красиво выполнять танцевальные элементы - выполнять перестроение, работать в паре - синхронно двигаться под музыку
Личностные и метапредметные результаты:	
- осознанное ответственное отношение к общему делу - осознание ценности собственного здоровья и поддержания правильной осанки - способность работать в коллективе - стремление к саморазвитию и самосовершенствованию, через выступления - способность видеть красоту мира и стремление самому творить прекрасное - чувство радости от художественного восприятия и собственной творческой деятельности	

- развитие воображения, образного мышления, фантазии, наблюдательности
- развитие уверенности в себе, в свои силы, чувство полноценности
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, творческой и других видах деятельности
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	1 сентября	25 мая	36	36	72	2 раза в неделю по 1 часу
I полугодие - 17 учебных недель II полугодие - 19 учебных недель Выходные дни: 4 ноября, 31 декабря., 01-08 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая..						

2.2. Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение реализации программы

Занятия проводятся в танцевальном зале (кабинет №4) (ул. Ленина, 71) – чистое, хорошо освещенное и проветриваемое помещение, в котором находится всё необходимое для занятий.

Помещение: танцевальный зал, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий (зеркала, лавочки, стеллаж для хранения учебной литературы и наглядных пособий, стул для педагога).

Инструменты и оборудование: фортепиано, музыкальный центр, контейнеры для хранения музыкальных игрушек; гимнастические коврики.

Методические материалы.

Методы обучения.

На занятиях по программе «Ритмика» используются традиционные методы обучения:

- словесный метод – беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение, рассказ о её образах, напоминание, оценка и т.д. Широко применяется в процессе обучения как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

- наглядный – постоянное сочетание наглядно - слухового и наглядно-зрительного приемов. Использование музыки каждый раз должно сопровождаться показом педагога, а также показ видеоматериалов, иллюстрации.

- практический – многократное выполнение конкретного музыкального ритмического движения, отработка движений номеров, самостоятельное и выразительное выполнение движений.

Педагогические технологии.

Здоровьесберегающая технология (Ю.А. Шулики, Е.Ю. Ключникова Е.). реализуется через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приёмам здорового образа жизни, формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий физическими упражнениями, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

Личностно-ориентированная технология (И.С.Якиманская).

Личностно ориентированное обучение - это такое обучение, где во главу угла ставится личность ребенка, ее самобытность, самооценку, субъектный опыт каждого сначала раскрывается, а затем согласовывается с содержанием образования.

Цель данной технологии – максимальное развитие (а не формирование заранее заданных) индивидуальных познавательных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него жизненного опыта.

Игровая технология.

С внедрением игровой технологии происходит развитие эмоциональной сферы ребенка, возникает интерес как позитивная эмоция, и как следствие, ребенок выполняет роль заинтересованного участника образовательного процесса, а не исполнителя указаний со стороны педагога. Так происходит взаимодействие педагога с детьми. Развлекательная функция игры связана с созданием определенной благоприятной атмосферы, душевной радости как защитных механизмов личности.

ИКТ - технологии (Информационно-коммуникационные технологии) используются:

- как источник информации;
- для подготовки наглядного и дидактического материалов занятий и мероприятий;

для мобильной коммуникации с родителями, коллегами.

В случае ограничительных мер возможно применение **дистанционных технологий**. Дистанционные образовательные технологии – образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Алгоритм учебного занятия

Структура занятий по программе объединение «Ритмика», состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической

нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

Программа предусматривает виды занятий:

1. Традиционное занятие, делятся на:

- обучающие;
- закрепляющие;
- итоговые.

Обучающие занятия - детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

Закрепляющие занятия - предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

Итоговые занятия - дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

2. Тематическое занятие, включает:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:

- упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

- Плясовые движения:

– элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

3. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения. Занятие состоит из основных трех частей:

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы: «На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

4. Игровое занятие, включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

5. Занятие – импровизация проходит в свободной импровизированной форме. Дети танцуют придуманные ими движения и этюды на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа. Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально- ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Дидактические материалы:

Звукоматериалы:

- Гимн Российской Федерации.
- Музыка для релаксации.
- Музыка для разминки. Музыка для постановок.

Видеоматериалы:

- Видеозаписи с танцами различных направлений.
- Видеозаписи современных и известных балетов.
- Видеозаписи детских танцев и выступлений.

Стендовый материал

- Информационный стенд «Уголок безопасности».

Дидактические пособия:

- Мониторинг физического развития.
- Тексты песен, стихов, упражнений, игр.
- Сценарии сюжетных занятий.
- Карточки личных достижений учащихся.
- Картинки с изображениями, иллюстрации, рисунки, маски

животных.

- Раздаточный материал (бубны, погремушки, деревянные ложки, ленты, платочки, обручи, мячи).

информационное обеспечение реализации программы

1. <http://www.eLIBRARY.ru> – Научная электронная библиотека.
2. <http://www.pedlib.ru> – Педагогическая библиотека.
3. <http://www.rsl.ru> – Российская государственная библиотека.
4. <http://piruet.info>
5. <http://www.monlo.ru/time2>
6. www.psychlib.ru
7. www.horeograf.com
8. www.balletmusic.ru
9. <http://pedagogic.ru>
10. <http://spo.1september.ru>
11. <http://www.josuonline.com> (CD для танца и балетного класса);
12. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров);
13. <http://www.ballet.classical.ru/> (Маленькая балетная энциклопедия);
14. <http://notes.tarakanov.net/koncbalet.htm> (Ноты).
15. <https://baletnik.nethouse.ru/> (Сборники А. Стрельниковой)
16. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)
17. http://www.compozitor.spb.ru/catalog/?ELEMENT_ID=22793 (сборник по хореографии)
18. <http://www.ilosik.ru/dance/klassdance.html> (ноты)

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Вводный контроль - проводится на первом занятии и предназначен для проверки уровня базовых знаний, умений, навыков, соответствующих возрасту учащегося, его личных художественных данных и коммуникабельности (беседа, педагогическое наблюдение в процессе игровой деятельности).

Промежуточный контроль проводится в конце темы или полугодия, позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня и скорректировать процесс обучения (педагогическое наблюдение, беседа).

Текущий контроль - проводится в ходе каждого занятия с целью определения усвоения знаний и умений по теме (наблюдение, выполнение упражнений)).

Итоговый контроль - проводится в виде выступления детей на открытых мероприятиях; участия в тематических праздниках; итоговое занятие в конце учебного года, в форме открытого занятия для родителей. Итоговая аттестация не предусмотрена.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Выявление, фиксация и предъявление результатов объединения проводится педагогическим мониторингом студии танца «Гармония». Отслеживание проводится два раза в год, в соответствии с возрастом и годом обучения учащегося. Формой оценки является уровень (высокий, средний, низкий) и девятибалльная система, где:

- Низкий уровень (1-3 баллов): учащийся не достаточно владеет понятиями и терминологией по базовым темам программы. Не может сделать более половины движений в такт и темп или исполняет только часть движений в музыку, но без чистоты исполнения.

Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений, не владеет знаниями хореографических терминов. учащийся не соблюдает правила безопасности поведения во время занятий, не может самостоятельно выявить ошибки. Требуется постоянная помощь педагога и товарищей.

- Средний уровень (4-6 баллов): учащийся имеет знания по базовым темам программы, грамотно и под музыку исполняет движения с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном), владеет понятиями и терминологией по базовым темам программы. Недостаточно точно соблюдает правила безопасности на занятиях. Может самостоятельно выявить ошибки, но испытывает затруднения при определении причин их возникновения.

- Высокий уровень (7-9 баллов): учащийся имеет прочные знания по базовым темам программы. Технически качественно и художественно осмысленно исполняет движения (все движения выполняются в темп музыки с нужной резкостью и четкостью), отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения, свободно владеет понятиями и терминологией по базовым темам программы. Соблюдает технику безопасности во время занятий. Может самостоятельно выявить и устранить ошибки.

Результаты отслеживаются и фиксируются в таблице «Маршрут развития личности учащихся по обучаемой программе»

№ п/ п	Р ес п о н д е н т	Воз - рас т	Год обу - че ния	Обучение												Участие в конкурса х, фестивал ях (кол-во)	Результат: сертификат, благодарнос ть, грамота, диплом
				Знания и умения													
				Теория						Практика							
				Уровни в баллах													
				Низкий (1-3)		Средни й (4-6)		Высоки й (7-9)		Низкий (1-3)		Средни й (4-6)		Высоки й (7-9)			
				Месяц		Месяц		Месяц		Месяц		Месяц		Месяц			
XII		V		XII		V		XII		V		XII		V			

Отслеживаются достижения детей объединения «Ритмика», индивидуальные достижения (дипломы, грамоты, благодарности, карточки успеха).

Кроме вышеперечисленных форм отслеживания в объединении «Ритмика» используются: журнал посещаемости, отзывы родителей, фото и видеоматериалы, статьи о работе объединения в СМИ, на сайте ЦТР и ГО «Гармония».

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие для родителей, выступления на мероприятиях ЦТР «Гармония».

Оценочные материалы

№	Тема	Методы педагогической диагностики
---	------	-----------------------------------

1	Введение	Беседа, педагогическое наблюдение,
2	Развитие музыкальности	Педагогическое наблюдение в процессе выполнения упражнений
3	Развитие двигательных качеств и умений	
4	Развитие умений ориентироваться в пространстве	
5	Партерная гимнастика	
6	Репетиционно-постановочная работа	
7	Итоговое занятие	Педагогическое наблюдение в процессе выполнения упражнений (открытое занятие)

3. Список литературы

Нормативные документы

1. Национальный проект «Молодёжь и дети» (Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 2026 г.): URL [Электронный ресурс]: <http://government.ru/rugovclassifier/914/about/> (дата обращения: 03.08.2026).
2. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 03.08.2026).
3. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202207140031> (дата обращения: 03.08.2026).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.: URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/> (дата обращения: 03.08.2026).
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 03.08.2026).
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/48502> (дата обращения: 03.08.2026).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и

- обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).: URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/75093644/> (дата обращения: 03.08.2026).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».: URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/400289764/> (дата обращения: 03.08.2026).
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».: URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/> (дата обращения: 03.08.2026).
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».: URL [Электронный ресурс]: https://summercamps.ru/wp-content/uploads/documents/document__metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-obscherazvivayuschih-program.pdf (дата обращения: 03.04.2026).
11. Письмо Минпросвещения России от 30.12. 2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: https://cde.iro63.ru/cde/images/files/metod_rekomend_new/Pismo_MinPros_30_12_2022-3924_06.pdf (дата обращения: 03.08.2026).
12. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162- Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».: URL [Электронный ресурс]: <https://docs.cntd.ru/document/553265120> (дата обращения: 03.08.2026).
13. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 г. № 582-д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях».: URL [Электронный ресурс]:

https://ddtbgo.profiedu.ru/upload/proeduddtbgo_new/files/cf/51/cf5115a84afeacesc3030a57ab1c273be.pdf (дата обращения: 03.08.2026).

Литература для педагогов

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М.,1966.
2. Буренина А.И. программы «Ритмическая мозаика» 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
3. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967.
4. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 1985.
5. Вест Клер. Источник Энергии. - М.: ТОО "ТП", 1998.
6. Запорожец АВ. Развитие произвольных движений. - М., 1960.
7. Ильина Г.А.Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 1961. - N21 - с.119-132.
8. Кречмер Ф. Строение тела и характер. - М.,1995.
9. Лисицкая Т Пластика, ритм. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
- 10.Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 1989.

Литература для детей и родителей

1. Белова Е.С. Одаренность малыша: раскрыть, понять, поддержать: Пособие для воспитателей и родителей.- М.: Московский психол.-соц. инст. Флинта, 2004.
2. Вихрева И.А. "Классический танец для начинающих" Москва, Театралис, 1985г.
3. Лободина С. Как развить способности ребенка. - СПб.: Питер Паблишенг, 1977.

Аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмика» предназначена для работы с детьми 4-6 лет. Срок реализации программы 1 год.

Цель программы – укрепление физического и психического здоровья детей, посредством танцевальных и ритмических движений. Программа направлена на формирование и развитие таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкость, пластичность, танцевальной выворотности, танцевального шага и т.д. На занятиях дети согласно возраста знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают своё мастерство на детских праздниках и концертах.

Календарный учебный график

Программа Ритмика

Год обучения второй количество часов в год 72 часа

Место проведения ДОУ № 12

№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
Занятие №1	Вводное занятие - знакомство с детьми, с искусством хореографии - правила поведения на занятии ритмика, техника безопасности	Беседа, объяснение	2	беседа
Занятие №2	Танцевальная азбука - темп, упражнение «Паровозик»	Показ, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №3	- динамика, упр. «На речке»	объяснение, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №4	- постановка корпуса, упражнение «Принц и принцесса»	объяснение, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение, обсуждение
Занятие №5	- понятие вступление	объяснение, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие №6	- ходьба с высоким подниманием колена, упражнение «Цапли»	объяснение, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие №7	- ходьба на четвереньках упражнение «Собачки»	объяснение, практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №8	- притопы, вынос ноги на каблук	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие №9	- прыжковые движения, упражнение «Веселый мяч»	объяснение практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №10	- плясовые движения	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №11	- ориентация в пространстве, упражнение «Найди свое место»	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие №12	Партерная гимнастика - упражнение «Пошагали пальчики»	объяснение, практическая работа	2	Обсуждение, наблюдение
Занятие №13	- упражнение «Букашечка»	объяснение, практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие №14	- упражнение «Блинчик»	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие №15	- упражнение «Кошечка»	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие №16	- упражнение «Велосипед»	практическая работа	2	наблюдение
Занятие №17	- упражнение «Кобра»	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение

Занятие№18	- упражнение «Лягушка»	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие№19	- упражнение «Бабочка»	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие№20	Репетиционно-постановочная работа - объяснение постановочного материала	объяснение, практическая работа	2	обсуждение
Занятие№21	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие№22	- разучивание танцевальных композиций	показ, практическая работа	2	наблюдение
Занятие№23	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие№24	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	наблюдение
Занятие№25	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений
Занятие№26	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№27	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№28	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	наблюдение
Занятие№29	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№30	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№31	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№32	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№33	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	Самостоятельное выполнение упражнений, наблюдение
Занятие№34	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие№35	- разучивание танцевальных композиций	практическая работа	2	наблюдение, анализ
Занятие№36	Итоговое занятие - сюжетное занятие	показ	2	открытое занятие

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 194515710994592247154964585592159115514362733445

Владелец Кынчина Юлия Викторовна

Действителен с 03.02.2026 по 03.02.2027